



**IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DALAM
MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN**

SKRIPSI

**OLEH
ARIFianto ASTRI NUGROHO
NPM 18110094**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
2022**



**IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DALAM
MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Semarang untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memeroleh Gelar Sarjana Pendidikan**

OLEH

ARIFianto ASTRI NUGROHO

NPM 18110094

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

2022

SKRIPSI

**IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DALAM
MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN**

Yang disusun dan diajukan oleh

**ARIFianto ASTRI NUGROHO
NPM 18110094**

**Telah disetujui oleh pembimbing untuk dilanjutkan
di hadapan Dewan Penguji**

Pembimbing I,



Dr. Arri Handayani, S.Psi., M.Si.
NPP 997401149

Pembimbing II,



Desi Maulia, S.Psi., M.Psi., Psikolog.
NPP 098201234

SKRIPSI

IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DALAM
MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN

yang disusun dan diajukan oleh

ARIFianto ASTRI NUGROHO
NPM 18110094

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal ... November 2022
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua,   Sekretaris, 

Siti Fitriana, S.Pd., M.Pd., Kons.
NPP 088201204

Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons.
NPP 098401240

Penguji I,
Dr. Arri Handayani, S.Psi., M.Si.
NPP 997401149 

Penguji II,
Desi Maulia, S.Psi., M.Psi, Psikolog.
NPP 098201234 

Penguji III,
Suhendri, S.Pd., M.Pd.
NPP 108301316 

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Moto:

“Selalu yakin dan percaya semua dapat terwujud”

Persembahan:

1. Terimakasih untuk kedua orangtuaku tercinta yang senantiasa mendoakan, memberi motivasi, dan kasih sayang yang tiada tara.
2. Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arifianto Astri Nugroho
NPM : 18110094
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan
Program Studi : Program Studi Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi berjudul "Implementasi Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi dalam Meningkatkan Pemahaman Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan", benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila pada kemudian hari dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Semarang, November 2022

Yang membuat pernyataan



METERAN
TEMPER
24811A.KX25752624

Arifianto Astri Nugroho

NPM 18110094

Arifianto Astri Nugroho. NPM 18110094. Skripsi. November 2022. “Implementasi Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi dalam Meningkatkan Pemahaman Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan”. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Semarang. Pembimbing I Dr. Arri Handayani, S.Psi., M.Si., dan Pembimbing II Desi Maulia, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Penelitian ini dilatarbelakangi adanya masalah-masalah yang dihadapi peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan, yaitu: 1) peserta didik belum memiliki rasa percaya diri yang tinggi; 2) peserta didik belum mengetahui cara mengeksplorasi bakat yang dimilikinya; 3) sebagian besar peserta didik belum mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya; dan 4) sebagian besar pemahaman diri peserta didik masih tergolong dalam kriteria rendah. Tujuan penelitian ini adalah: 1) untuk mendeskripsikan implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan; dan 2) untuk mengetahui adanya peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan disain *Pre-Experimental Designs* tipe *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan berjumlah 67 peserta. Sampel penelitian adalah peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan dengan jumlah 32 peserta. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling purposive*. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik non tes berupa observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan statistik deskriptif. Uji prasyarat data menggunakan validitas, reliabilitas, normalitas, dan homogenitas. Uji hipotesis menggunakan uji *paired* sampel *t-test*.

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan menunjukkan, bahwa implementasi bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dengan topik pemahaman diri peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan, dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan; dan 3) penilaian. Hasil uji hipotesis dilakukan dengan uji *paired* sampel *t-test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Peningkatan nilai rata-rata *mean pre-test* sebesar 71,16 menjadi rata-rata *mean post-test* sebesar 80,84, maka diperoleh peningkatan rata-rata *mean* sebesar 9,687 atau 10%. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Peningkatan pemahaman diri peserta didik melalui perbedaan rata-rata *mean* sebesar 10%.

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Penelitian yang berjudul “Implementasi Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi dalam Meningkatkan Pemahaman Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan” ini disusun untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari hambatan, rintangan serta kesulitan-kesulitan. Namun berkat bimbingan, bantuan, nasihat, dan dorongan dari berbagai pihak khususnya pembimbing, segala hambatan, rintangan dan serta kesulitan dapat teratasi dengan baik. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini dengan tulus hati penulis sampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Sri Suciati, M.Hum., Rektor Universitas PGRI Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas PGRI Semarang.
2. Siti Fitriana, S.Pd., M.Pd., Kons., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian dan penulisan skripsi ini.
3. Dr. Heri Saptadi Ismanto, S.Pd., M.Pd., Kons., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah menyetujui skripsi penulis.
4. Dr. Arri Handayani, S.Psi., M.Si., Pembimbing I yang telah mengarahkan penulis dengan penuh ketekunan dan kecermatan.
5. Desi Maulia, S.Psi., M.Psi, Psikolog., Pembimbing II yang telah sabar membimbing penulis sampai penulisan skripsi ini selesai.

6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang memberikan bekal ilmu dan pengetahuan kepada penulis selama di Universitas PGRI Semarang.
7. Kepala SMP Negeri 6 Pekalongan yang telah memberikan izin untuk penelitian.
8. Bapak/Ibu guru SMP Negeri 6 Pekalongan yang telah bersedia menjadi informan dan membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
9. Teman-teman yang telah memberi inspirasi selama penulis menyelesaikan skripsi ini.
10. Berbagai pihak yang tak mungkin penulis sebutkan satu per satu pada kesempatan ini.

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca budiman dan bisa turut mengisi atau menambah referensi. Penulis menyambut baik segala kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan skripsi ini dengan tangan terbuka.

Semarang, November 2022

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMBUNG	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTO DAN PERSEMBAHAN	v
PERNYATAAN KEASLIAN	vi
ABSTRAK	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Landasan Teori	8

1. Bimbingan Kelompok	8
2. Teknik Diskusi	22
3. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi	31
4. Pemahaman Diri	35
B. Kajian Penelitian yang Relevan	43
C. Kerangka Berpikir	48
D. Hipotesis Penelitian	50
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Tempat dan Waktu Penelitian	51
B. Variabel Penelitian	51
C. Definisi Operasional Variabel	51
D. Metode dan Desain Penelitian	52
E. Populasi, Sampel, dan Sampling	54
F. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	55
G. Teknik Analisis Data	56
H. Hipotesis Statistik	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Deskripsi Tempat, dan Subjek Penelitian	61
B. Deskripsi Pelaksanaan Eksperimen	62
C. Data Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	64
D. Uji Persyaratan Analisis Data	70
E. Uji Hipotesis	73
F. Pembahasan	74

BAB V PENUTUP	89
A. Simpulan	89
B. Saran	90
C. Keterbatasan Penelitian	91
DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
3.1 Pedoman Angket Pemahaman Diri Peserta Didik	55
3.2 <i>Range</i> Persentase	56
3.3 Kriteria Tingkat Reliabilitas	59
4.1 Hasil <i>Pre-Test</i> Pemahaman Diri Tiap Aspek	64
4.2 Hasil <i>Post-Test</i> Pemahaman Diri Tiap Aspek	66
4.3 Perbedaan Hasil <i>Pre-Test</i> dengan Hasil <i>Post-Test</i> Pemahaman Diri Tiap Aspek	67
4.4 Hasil Uji Validitas Angket Pemahaman Diri	70
4.5 Hasil Uji Reliabilitas Item Angket Pemahaman Diri	71
4.6 Hasil Uji Normalitas Pemahaman Diri Peserta Didik	72
4.7 Hasil Uji Homogenitas Pemahaman Diri Peserta Didik	72
4.8 Hasil Uji Hipotesis	73

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
2.1 Kerangka Berpikir	50
3.1 <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	53
4.1 Hasil <i>Pre-Test</i> Pemahaman Diri Tiap Aspek	65
4.2 Hasil <i>Post-Test</i> Pemahaman Diri Tiap Aspek	67

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1 Surat Penelitian Universitas PGRI Semarang	95
2 Surat Keterangan Penelitian SMP Negeri 6 Pekalongan	96
3 Daftar Nama Peserta Didik Kelas VIIIIB SMP Negeri 6 Pekalongan	97
4 Rencana Pelaksanaan Layanan	98
5 Lembar Penilaian Laiseg	138
6 Lembar Angket <i>Pre-Test</i> Pemahaman Diri	158
7 Lembar Angket <i>Post-Test</i> Pemahaman Diri	164
8 Hasil Angket <i>Pre-Test</i> Pemahaman Diri	170
9 Hasil Angket <i>Post-Test</i> Pemahaman Diri	173
10 Hasil Prasyarat Data	176
11 Hasil Uji Hipotesis	182
12 Dokumentasi Penelitian	183
13 Rekapitulasi Bimbingan Dosen I	189
14 Rekapitulasi Bimbingan Dosen II	190

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Perkembangan seseorang dalam masa anak-anak dan masa remaja akan membentuk perkembangan diri. Masa peralihan ini, remaja perlu banyak belajar berbagai keterampilan intelektual dan sosial. Masa remaja merupakan usia dimana individu mulai merencanakan dan mencapai kematangan karir.

Pemahaman diri merupakan aspek yang sangat penting untuk diketahui oleh individu usia remaja dalam membantu pembentukan identitas diri remaja dan mencapai kematangan karier (Anjanisari, 2013:2). Pemahaman diri memberikan dasar identitas diri yang rasional. Individu dikatakan telah memahami diri, jika individu telah mengetahui dan mau menerima kelebihan, serta kekurangan yang ada pada dirinya.

Setelah memahami diri, diharapkan individu dapat mengoptimalkan potensi dan kelebihan yang dimiliki untuk mencapai kesuksesan di masa mendatang baik kesuksesan dalam hal belajar, berkarier, bergaul, berkeluarga, dan bermasyarakat. Individu dapat menerima kekurangan yang dimiliki untuk diminimalisasi atau dihilangkan, sehingga tidak menimbulkan suatu masalah dalam kehidupan individu di masa mendatang. Melalui pemahaman diri dapat membantu individu dalam menentukan arah dan tujuan hidup yang realistis,

memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensi diri, dan mencapai kematangan dalam berkarir.

Hartono (2011:6) menjelaskan pemahaman diri peserta didik adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi diri yang mencakup ranah minat, abilitas, kepribadian, nilai, dan sikap. Pengenalan peserta didik atas pribadinya sendiri mencakup dua sisi, yaitu pengenalan peserta didik atas keunggulan dan pengenalan peserta didik atas kekurangannya. Peserta didik yang mampu memahami diri lebih dimungkinkan untuk mencapai tujuannya dibandingkan dengan peserta didik yang belum mampu memahami diri. Hal ini dikarenakan peserta didik sudah mengetahui kemampuan, minat, kepribadian, dan tujuan hidup, dimana peserta didik memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensinya.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMP Negeri 6 Pekalongan diperoleh data melalui Daftar Cek Masalah (DCM), yaitu: 1) peserta didik merasa belum memiliki rasa percaya diri; 2) peserta didik belum mengetahui cara eksplorasi bakat dan minat; 3) peserta didik belum mengetahui kelebihan dan kerurangan yang dimilikinya; 4) peserta didik belum memperoleh nilai pemahaman diri yang tinggi; 5) peserta didik belum dapat menentukan sikap dari hasil pemahaman diri.

Selain itu, hasil wawancara awal dengan guru BK diperoleh data yang menunjukkan bahwa pemahaman diri peserta didik, khususnya di kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan sangat beragam. Peserta didik memiliki tingkat pemahaman diri yang tinggi sebesar 83%, rendah sebesar 34%, dan sedang

sebesar 68%. Akan tetapi, sebagian besar pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan masih tergolong dalam kriteria rendah.

Salah satu cara untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di SMP Negeri 6 Pekalongan dengan mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Hal ini dimaksudkan agar secara bersama-sama peserta didik dapat membahas permasalahan pemahaman diri dan berbagi alternatif dengan mendiskusikannya dengan anggota kelompok. Selain itu, bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat melatih keberanian peserta didik untuk mengemukakan pendapat dan solusi dari permasalahan peserta didik, yaitu meningkatkan pemahaman diri peserta didik yang masih tergolong dalam kriteria rendah.

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat, serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan (Destriana, 2017:14). Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi peserta didik. Secara khusus, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun *non* verbal peserta didik.

Teknik diskusi kelompok merupakan suatu cara dimana peserta didik memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Setiap peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pikirannya dalam memecahkan suatu masalah. Ketika melakukan diskusi peserta didik diberi peran-peran tertentu, seperti pimpinan diskusi (moderator) dan notulis (Destriana, 2017:28).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Adhani (2017) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman diri siswa dengan motivasi belajar rendah. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara pemahaman motivasi belajar sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan. Hasil peningkatan rata-rata skor setelah diberikan perlakuan pada *mean pretest* 59,9 menjadi 97,6 pada *mean posttest* dengan selisih 37,7 dan nilai signifikansi $0,012 < 0,05$ dengan demikian menyatakan bahwa hipotesis diterima.

Berdasarkan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) yang dirumuskan oleh Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) menjelaskan bahwa terdapat sepuluh aspek perkembangan individu jenjang SMP sederajat yang harus dicapai peserta didik. Aspek perkembangan individu yang harus dicapai dalam Bimbingan dan Konseling tingkat SMP, yaitu: 1) landasan hidup religius; 2) landasan perilaku etis; 3) kematangan emosi; 4) kematangan intelektual; 5) kesadaran tanggungjawab sosial; 6) kesadaran gender; 7) pengembangan diri; 8) perilaku kewirausahaan; 9) wawasan dan kesiapan karir; dan 10) kematangan hubungan dengan teman sebaya.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan di atas, peneliti mempunyai gagasan untuk melakukan penelitian tentang pemahaman diri peserta didik kelas VIII dengan memilih judul “Implementasi Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi dalam Meningkatkan Pemahaman Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, identifikasi masalah yang dapat penulis identifikasi adalah sebagai berikut:

1. Sebagian besar pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan masih tergolong dalam kriteria rendah.
2. Sebagian besar Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan belum mengetahui kelebihan dan kekurangan, serta cara mengeksplorasi bakat yang dimilikinya.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka penelitian ini hanya dibatasi pada masalah pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan?
2. Adakah peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan.
2. Untuk mengetahui adanya peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan informasi pengetahuan tentang pemahaman diri peserta didik di SMP.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peserta didik dalam meningkatkan pemahaman diri melalui bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

b. Manfaat Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini dapat dijadikan alternatif bagi guru BK dalam meningkatkan pemahaman diri peserta didik di SMP Negeri 6 Pekalongan melalui bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

c. Manfaat Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini bermanfaat bagi peneliti lain untuk mengetahui adanya peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi dan dapat dijadikan sebagai referensi penelitian selanjutnya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Bimbingan Kelompok

a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Istilah “Bimbingan” merupakan terjemahan dari kata bahasa Inggris *Guidance* yang berasal dari kata dasar *to guide*, yang artinya menuntun, mempedomani, menjadi petunjuk jalan, mengemudikan (Wicaksono, 2018:22). Secara harfiah bimbingan adalah membantu atau menuntun menunjukkan, memberi jalan, orang lain ke arah tujuan yang bermanfaat bagi hidupnya di masa kini, dan masa mendatang.

Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh hasil bahan dari nara sumber tertentu (terutama dari pembimbing atau konselor) atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, serta sebagai pertimbangan dalam pengambilan keputusan (Sukardi dalam Kuseni, 2014:2). Bimbingan kelompok adalah pelayanan bimbingan yang diberikan kepada lebih dari satu orang pada waktu yang bersamaan.

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama membahas topik tertentu

dimana peserta didik yang dilayani lebih dari satu orang, untuk menunjang pemahaman dan pengembangan kemampuan sosial, serta untuk pengambilan keputusan atau tindakan tertentu. Layanan bimbingan kelompok berfungsi untuk pemahaman dan pengembangan (Yasmin, 2016:20).

Prayitno (dalam Hasibuan, 2020:8) bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dan narasumber tertentu (terutama dari guru bimbingan dan konseling) dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar dan untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan dan tindakan tertentu.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, dapat disimpulkan bimbingan kelompok adalah suatu layanan dalam bentuk kegiatan kelompok bertujuan untuk menunjang pemahaman, perkembangan individu, pertimbangan dalam pengambilan keputusan, serta untuk meningkatkan mutu kerja sama masing-masing individu dalam kelompok.

b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Secara umum layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan

berkomunikasi peserta layanan (siswa). Secara lebih khusus layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yaitu peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal para siswa (Wicaksono, 2018:13).

Tujuan bimbingan kelompok dibedakan menjadi tujuan secara umum dan tujuan secara khusus. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu murid-murid yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Suasana kelompok yang berkembang dalam bimbingan kelompok itu dapat merupakan wahana dimana masing-masing murid dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan, dan berbagai reaksi dari teman-temannya untuk dapat memecahkan masalah, bimbingan kelompok juga bertujuan untuk mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok (Yasmin, 2016:22).

Tujuan layanan bimbingan kelompok, yaitu agar individu mampu mengembangkan kemampuannya dalam mengatur kehidupan sehari-hari, bersosialisasi, mendengarkan pendapat orang lain dan berani mengemukakan pendapatnya di depan orang lain. Selain itu, kesuksesan layanan bimbingan kelompok sangat dipengaruhi oleh tujuan yang akan dicapai dapat diselenggarakan (Hasibuan, 2020:9).

Berdasarkan pendapat di atas, tujuan layanan bimbingan kelompok adalah untuk melatih peserta didik dalam mengembangkan kemampuan

bersosialisasi, dan mewujudkan komunikasi yang baik dan efektif dengan teman sebaya, serta meningkatkan berkomunikasi baik secara verbal maupun non verbal.

c. Jenis-Jenis Bimbingan Kelompok

Djumhur (dalam Wicaksono, 2018:16), menyebutkan bentuk-bentuk bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- 1) *Home Rome* Program, yaitu kegiatan yang bertujuan untuk mengenal siswa lebih dekat dengan cara membuat suasana kelas seperti di rumah.
- 2) Karya Wisata, yaitu siswa mendapat kesempatan untuk memperoleh penyesuaian dalam meninjau objek-objek yang menarik dan mereka mendapat informasi yang lebih menarik dari objek tersebut. Selanjutnya informasi tersebut dapat dilanjutkan oleh siswa.
- 3) Diskusi Kelompok, yaitu salah satu cara yang memungkinkan siswa mendapat kesempatan untuk menyumbangkan pikiran masing-masing dalam memecahkan masalah.
- 4) Kegiatan Kelompok, yaitu teknik yang baik dalam bimbingan, karena kelompok memberikan kesempatan kepada individu untuk berpartisipasi dengan sebaik-baiknya.
- 5) Organisasi Siswa, yaitu suatu teknik dalam bimbingan kelompok. Melalui organisasi siswa, banyak masalah-masalah individu maupun kelompok diselesaikan.

- 6) Sosiodrama, yaitu sosiodrama dapat digunakan sebagai teknik di dalam memecahkan masalah-masalah sosial dengan kegiatan bermain peran.
- 7) Psikodrama, yaitu teknik untuk memecahkan masalah-masalah psikis yang dialami oleh individu. Melalui suatu peran tertentu, konflik atau ketegangan dirinya dapat terhindarkan atau berkurang.
- 8) *Remedial Teaching*, yaitu bentuk pengajaran yang diberikan kepada seorang siswa untuk membantu memecahkan masalah kesulitan belajar yang dihadapinya. *Remidial teaching* dapat berupa penambahan pelajaran, pengulangan, latihan-latihan, dan lain-lain.

Warters (dalam Yasmin, 2016:26), menyebutkan enam jenis layanan bimbingan kelompok, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kelompok primer dan sekunder, yaitu kelompok primer dicirikan oleh kontak akrab yang kontinu, seperti dalam keluarga dan kelompok bermain anak-anak dikampung. Kelompok sekunder dibentuk atas dasar minat yang dikejar bersama, seperti satuan kelas di sekolah dan kelompok pecinta alam dalam kalangan mahasiswa. Kelompok-kelompok yang dibentuk untuk kepentingan kegiatan bimbingan bersifat kelompok sekunder, baik kelompok besar maupun kelompok kecil.
- 2) *Sociogroup* dan *Psychogroup*, yaitu dalam kelompok yang pertama tekanannya terletak pada hal yang harus dikerjakan bersama, dalam

kelompok yang kedua tekanannya terletak pada hubungan antar pribadi.

- 3) Kelompok terorganisasi dan kelompok tidak terorganisasi, yaitu pada kelompok terorganisasi terdapat diferensiasi antara peranan-peranan yang dipegang oleh anggota-anggota kelompok, sehingga terdapat suatu struktur. Kelompok yang tidak terorganisasi anggota-anggota bergerak lepas yang satu dari yang lain. Kelompok-kelompok terorganisasi yang dibentuk untuk kepentingan kegiatan bimbingan adalah kelompok terorganisasi, lebih-lebih karena dibentuk di bawah pengawasan tenaga bimbingan.
- 4) *In group* dan *out group*, yaitu kelompok yang pertama para anggota merasa terikat satu sama lain dan menunjukkan loyalitas satu sama lain. Pada kelompok kedua di antara mereka tidak terdapat rasa loyalitas, rasa simpati, dan rasa keterkaitan, bahkan mungkin terdapat rasa antisipasi dan rasa benci.
- 5) Kelompok tertutup dan kelompok terbuka, yaitu kelompok tertutup, terdiri atas mereka yang mengikuti kegiatan kelompok sejak permulaan dan tidak menerima anggota baru sampai kegiatan kelompok berhenti. Kelompok terbuka memungkinkan ada orang keluar dan orang lain masuk selama kegiatan kelompok berlangsung.

Prayitno (dalam Yasmin, 2016:28) menyebutkan dua jenis bimbingan kelompok, yaitu sebagai berikut:

- 1) Kelompok bebas, yaitu anggota-anggota kelompoknya melakukan kegiatan kelompok tanpa penguasaan tertentu, dan kehidupan kelompok ini memang tidak disiapkan secara khusus sebelumnya. Perkembangan yang akan menjadi isi dan mewarnai kehidupan kelompok lebih lanjut. Kelompok bebas memberikan kesempatan kepada seluruh anggota kelompok untuk menentukan arah dan isi kehidupan kelompok itu.
- 2) Kelompok tugas, yaitu arah dan isi kegiatan kelompok ditetapkan terlebih dahulu. Pada dasarnya diberi tugas untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, baik pekerjaan tersebut ditugaskan oleh pihak luar kelompok maupun tumbuh didalam kelompok sendiri sebagai hasil dari kegiatan-kegiatan kelompok tersebut sebelumnya. Pada kelompok tugas, perhatian diarahkan kepada satu titik pusat, yaitu menyelesaikan tugas.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis bimbingan kelompok, antara lain: 1) *Home room* program; 2) Karya wisata; 3) Diskusi kelompok; 4) Kegiatan kelompok; 5) Organisasi siswa; 6) Sosiodrama; 7) Psikodrama; dan 8) *Remedial teaching*.

d. Komponen dalam Bimbingan Kelompok

Pada layanan bimbingan kelompok berperan dua pihak, pemimpin kelompok dan peserta atau anggota kelompok (Prayitno dalam Oktaviani, 2015:28), dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang dalam melakukan kegiatan bimbingan kelompok. Tidak semua orang bisa menyelenggarakan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Oleh sebab itu, pemimpin kelompok memiliki karakter dan peranan penting dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

Peranan pemimpin kelompok, yaitu pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung, pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana yang berkembang dalam kelompok, pemimpin kelompok perlu mengarahkan anggota kelompoknya, pemimpin kelompok perlu memberikan tanggapan tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok. Pemimpin kelompok harus memiliki kompetensi untuk mengarahkan, mengkoordinir sekaligus menimbulkan minat kepada anggota kelompok untuk berperan secara aktif dalam kegiatan kelompok.

2) Anggota kelompok

Anggota kelompok (AK) adalah semua individu yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok yang dipimpin oleh pemimpin kelompok. Anggota kelompok memiliki peranan terpenting dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Dapat dikatakan bahwa anggota kelompok justru merupakan badan dan jiwa suatu kelompok.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa komponen dalam bimbingan kelompok, yaitu: pimpinan kelompok dan anggota kelompok. Pada pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, keanggotaan perlu diperhatikan. Hal tersebut bukan berarti mendiskriminasikan, melainkan untuk mempermudah pencapaian tujuan dalam kegiatan bimbingan kelompok. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam keanggotaan kelompok, yaitu: jenis kelompok, umur, kepribadian dan hubungan awal.

e. Asas-Asas Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar kegiatan bimbingan kelompok, sehingga mencapai tujuan yang diharapkan (Prayitno dalam Noveriansyah, 2017:27), asas-asas tersebut yaitu sebagai berikut:

- 1) Asas kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.
- 2) Asas keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- 3) Asas kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.

- 4) Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat, sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok, sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Dimana setiap anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam kegiatan, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan pendapat, menjunjung tinggi kerahasiaan tentang yang dibicarakan dalam kelompok, dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati.

f. Materi dalam Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok terdapat dua jenis topik yang akan dibahas yaitu topik tugas dan topik bebas (Prayitno dalam Oktaviani, 2015:30). Kelompok tugas atau topik bebas tujuan dalam kelompoknya, yaitu menjalankan tugas yang dibebankan kepada kelompok tersebut, artinya bahwa dalam kelompok tugas, topik atau permasalahan yang akan dibahas sudah ditentukan dari pemimpin kelompok, hal ini bisa dilihat dari isu-isu yang hangat dibicarakan dalam lingkungan masyarakat atau sekolah, kebutuhan anggota kelompok, dll. Sedangkan kelompok bebas memiliki tujuan bersamanya, yaitu mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok. Artinya bahwa dalam kelompok bebas atau topik bebas ini permasalahan atau topik yang akan dibahas dalam kelompok adalah usulan dari semua anggota yang kemudian pilih salah

satu topik yang disepakati bersama untuk dibahas dalam satu kali pertemuan bimbingan kelompok.

Materi umum dalam layanan bimbingan kelompok, meliputi: materi secara umum dan materi secara khusus (Hartinah, dalam Wicaksono, 2018:18), dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Materi secara umum

Melalui dinamika dalam bimbingan kelompok, dapat dibahas berbagai hal yang sangat beragam yang berguna bagi siswa dalam segenap bidang bimbingan. Materi tersebut meliputi: (1) pemahaman dan pematapan kehidupan keberagaman dan hidup sehat; (2) pemahaman dan penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya (termasuk perbedaan individu, sosial, dan budaya serta permasalahannya); (3) pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik dan peristiwa yang terjadi di masyarakat, serta pengendalian atau pemecahannya; (4) pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif; (5) pemahaman tentang adanya berbagai alternatif pengambilan sebuah keputusan dan berbagai konsekuensinya; (6) pengembangan sikap dan kebiasaan belajar, pemahaman hasil belajar, timbulnya kegiatan belajar dan cara-cara penanggulangannya; (7) pengembangan hubungan sosial yang efektif dan produktif; (8) pemahaman tentang dunia kerja, pilihan, dan pengembangan karir, serta perencanaan masa depan; dan (9) pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan atau program studi dan pendidikan lanjutan.

2) Materi secara khusus (Bidang Sosial)

Adapun materi bimbingan kelompok secara khusus dalam bidang bimbingan sosial, yaitu: (1) kemampuan berkomunikasi, menerima, dan menyampaikan pendapat secara logis, efektif dan produktif; (2) kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial (di rumah, sekolah, dan masyarakat) dengan menjunjung tinggi tata krama, norma, nilai-nilai, agama, adat istiadat, dan kebiasaan yang berlaku; (3) hubungan dengan teman sebaya (di sekolah dan di masyarakat); (4) pengendalian emosi, penanggulangan konflik, dan permasalahan yang timbul di masyarakat (baik di sekolah maupun di luar sekolah); (5) pemahaman dan pelaksanaan disiplin, serta peraturan sekolah di rumah dan di masyarakat; dan (6) pengenalan, perencanaan, dan pengalaman pola hidup sederhana yang sehat dan bergotong-royong.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa materi dalam bimbingan kelompok terbagi menjadi dua materi, yaitu materi secara umum dan materi secara khusus.

g. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

Suatu proses layanan sangat ditentukan pada tahapan-tahapan yang harus dilalui, sehingga akan terarah, runtut, dan tepat pada sasaran. Tahap pelaksanaan bimbingan kelompok ada empat tahapan (Wicaksono, 2018:14), yaitu sebagai berikut.

1) Tahap pembentukan

Tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota. Memberikan penjelasan tentang bimbingan kelompok, sehingga masing-masing anggota akan tahu apa arti dari bimbingan kelompok dan mengapa bimbingan kelompok harus dilaksanakan serta menjelaskan aturan main yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok ini. Jika ada masalah dalam proses pelaksanaannya, mereka akan mengerti bagaimana cara menyelesaikannya. Asas kerahasiaan juga disampaikan kepada seluruh anggota agar orang lain tidak mengetahui permasalahan yang terjadi pada mereka.

2) Tahap peralihan

Tahap kedua merupakan jembatan antara tahap pertama dan ketiga. Ada kalanya jembatan ditempuh dengan amat mudah dan lancar, artinya para anggota kelompok dapat segera memasuki kegiatan tahap ketiga dengan penuh kemauan dan kesukarelaan. Ada kalanya juga jembatan itu ditempuh dengan susah payah, artinya para anggota kelompok enggan memasuki tahap kegiatan kelompok yang sebenarnya, yaitu tahap ketiga. Dalam keadaan seperti ini pemimpin

kelompok, dengan gaya kepemimpinannya yang khas, membawa para anggota meniti jembatan itu dengan selamat.

3) Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan inti dari kegiatan kelompok, maka aspek-aspek yang menjadi isi dan pengiringnya cukup banyak, dan masing-masing aspek tersebut perlu mendapat perhatian yang seksama dari pemimpin kelompok. Ada beberapa yang harus dilakukan oleh pemimpin dalam tahap ini, yaitu sebagai pengatur proses kegiatan yang sabar dan terbuka, aktif akan tetapi tidak banyak bicara, dan memberikan dorongan dan penguatan serta penuh empati.

4) Tahap pengakhiran

Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok, pokok perhatian utama bukanlah pada berapa kali kelompok harus bertemu, tetapi pada hasil yang telah dicapai oleh kelompok. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai mendorong kelompok harus melakukan kegiatan, sehingga tujuan bersama tercapai secara penuh. Terdapat kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok akan berhenti melakukan kegiatan, dan kemudian bertemu kembali untuk melakukan kegiatan.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok umumnya terdapat empat tahap (Hartinah dalam Hasibuan, 2020:14), yaitu sebagai berikut:

- 1) Tahap Pembentukan, yaitu tahap pengenalan, pelibatan dan pemasukan diri ke dalam suatu kelompok.

- 2) Tahap Peralihan, tahap ini meliputi kegiatan menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, kemudian menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, dan membahas suasana yang terjadi.
- 3) Tahap Kegiatan, pada tahap ini meliputi kegiatan: (1) pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik untuk kelompok tugas, sedangkan untuk kelompok bebas yang dilakukan adalah mengemukakan permasalahan kemudian pemilihan permasalahan atau topik; (2) tanya jawab antara anggota dengan pemimpin kelompok; (3) anggota membahas permasalahan atau topik tersebut secara mendalam dan tuntas; dan (4) kegiatan selingan.
- 4) Tahap pengakhiran, yaitu tahap pemberitahuan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok, refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan, membicarakan rencana pertemuan selanjutnya, doa dan penutup.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap dalam bimbingan kelompok, yaitu: 1) Tahap pembentukan; 2) Tahap peralihan; 3) Tahap kegiatan; dan 4) Tahap pengakhiran.

2. Teknik Diskusi

a. Pengertian Teknik Diskusi

Teknik diskusi adalah cara penyajian pembelajaran, dimana peserta didik dihadapkan kepada suatu masalah, yang bisa berupa pernyataan atau pertanyaan yang bersifat problematis untuk dibahas dan dipecahkan

bersama (Mutiasari, 2021:28). Melalui diskusi kelompok, biasanya peserta didik mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah bersama-sama, dengan saling memberi saran dan pertimbangan untuk memecahkan masalah. Berbagai macam masalah dapat dipecahkan dalam diskusi kelompok, baik masalah pelajaran, sosial ataupun merencanakan suatu kegiatan.

Teknik diskusi merupakan suatu cara dan usaha bersama-sama untuk memecahkan masalah yang dilakukan dengan melibatkan tiga orang atau lebih yang didasarkan pada data dan pengalaman dibawah pemimpin seorang pemimpin (Oktaviani, 2015:37). Pada kegiatan diskusi, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pikirannya masing-masing dalam memecahkan masalahnya.

Teknik diskusi kelompok merupakan suatu cara dimana peserta didik memperoleh kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama (Destriana, 2017:28). Setiap peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengemukakan pikirannya masing-masing dalam memecahkan suatu masalah. Ketika melakukan diskusi para peserta didik diberi peran-peran tertentu seperti pimpinan diskusi (moderator) dan notulis. Diskusi merupakan suatu bentuk bertukar pikiran yang teratur dan terarah baik dalam kelompok kecil maupun besar dengan tujuan untuk mendapatkan keputusan dan kesepakatan bersama mengenai suatu masalah.

Teknik diskusi merupakan suatu cara penyajian bahan pelajaran dimana guru memberi kesempatan kepada para peserta didik (kelompok-kelompok) untuk mengadakan perbincangan ilmiah guna mengumpulkan pendapat, membuat kesimpulan atau penyusunan berbagai alternatif pemecahan atas sesuatu masalah (Suryosubroto dalam Hasibuan, 2020:15). Pada forum diskusi dapat diikuti oleh seluruh siswa di dalam kelas dan dapat pula dibentuk menjadi kelompok-kelompok yang lebih kecil. Sebuah forum diskusi yang perlu diperhatikan adalah para peserta didik diharapkan dapat berpartisipasi secara aktif dalam setiap forum diskusi. Semakin banyak peserta didik terlibat dan menyumbangkan pikirannya, semakin banyak pula yang dapat mereka pelajari.

Diskusi kelompok merupakan suatu cara atau teknik bimbingan yang melibatkan sekelompok orang dalam interaksi tatap muka, yang dilaksanakan dengan maksud agar anggota kelompok dapat mengumpulkan pendapat, membuat kesimpulan, dan memecahkan masalah yang dihadapi dengan jalan mendiskusikan masalah tersebut secara bersama-sama (Noveriansyah, 2017:31). Melalui diskusi kelompok, anggota kelompok menunjuk moderator (pemimpin), menentukan tujuan, dan agenda yang harus ditaati.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan teknik diskusi merupakan proses bertukar pikiran, gagasan dan pendapat antara dua orang atau lebih, yang bertujuan untuk mencari kesepakatan pendapat. Namun tidak semua kegiatan yang bertukar pikiran disebut

dengan diskusi, karena diskusi merupakan suatu proses bertukar pikiran atau gagasan secara terarah, sehingga diskusi dapat dilakukan jika ada permasalahan yang hendak dicairkan solusinya dan persoalan tersebut dijadikan bahan diskusi.

b. Tujuan Teknik Diskusi

Tujuan yang ingin dicapai melalui diskusi kelompok (Destriana, 2011:30), adalah sebagai berikut:

- 1) Peserta didik memperoleh informasi yang berharga dari teman diskusi dan pembimbing diskusi. Pengalaman yang baik maupun yang buruk dan pendapat dari teman, banyak membantu perkembangan pribadi peserta didik.
- 2) Membangkitkan motivasi dan semangat peserta didik untuk melakukan suatu tugas.
- 3) Mengembangkan kemampuan peserta didik berfikir kritis, mampu melakukan analisis dan sintesis atas data atau informasi yang diterimanya.
- 4) Mengembangkan keterampilan dan keberanian peserta didik untuk mengemukakan pendapat secara jelas dan terarah. Tanpa latihan akan sulit mengemukakan pendapat dengan jelas, terarah dan berisi.
- 5) Membiasakan kerjasama di antara peserta didik. Diskusi pada hakikatnya kerja sama dalam pengumpulan dan tukar-menukar pengalaman serta gagasan. Melalui diskusi, peserta didik dibina

memperhatikan kepentingan orang lain, menghargai pendapat orang lain, dan menerima keputusan bersama.

Adapun Rostiyah (dalam Hasibuan 2020:16) menyebutkan tujuan teknik diskusi adalah sebagai berikut:

- 1) Melalui diskusi siswa didorong untuk menggunakan pengetahuan dan pengalamannya untuk memecahkan masalah, tanpa selalu bergantung pada pendapat orang lain. Pendapat yang diutarakan harus logis dan mendekati kebenaran. Jadi, siswa dilatih untuk berpikir dan memecahkan masalah sendiri.
- 2) Siswa mampu menyatakan pendapatnya secara lisan, karena hal itu perlu untuk melatih kehidupan yang demokratis.
- 3) Diskusi memberi kemungkinan pada siswa untuk belajar berpartisipasi dalam pembicaraan untuk memecahkan suatu masalah bersama.

Sukardi (dalam Noveriansyah, 2017:33) menyebutkan tujuan penggunaan teknik diskusi kelompok, antara lain sebagai berikut:

- 1) Mencari kebenaran secara jujur melalui pertimbangan-pertimbangan pendapat yang mungkin saja berbeda yang satu dengan yang lainnya.
- 2) Menanamkan atau mengembangkan keterampilan dan keberanian untuk mengemukakan pendapat sendiri secara jelas dan terarah.
- 3) Peserta didik mendapat informasi yang berharga dari teman-temannya dalam diskusi kelompok dan pembimbing diskusi.

- 4) Belajar menemukan kesepakatan pendapat melalui musyawarah karena masalahnya telah dimengerti dan bukan karena paksaan atau terpaksa menerima kalah dalam pemungutan suara.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan diskusi kelompok adalah menanamkan atau mengembangkan keterampilan dan keberanian agar peserta didik dapat mengemukakan pendapatnya, mendapat informasi yang berharga, memberikan suatu kesadaran bahwa setiap orang mempunyai masalah sendiri-sendiri mengubah sikap dan tingkah laku tertentu serta menerima kritikan atau saran dari teman anggota kelompok.

c. Bentuk-Bentuk Diskusi

Suryosubroto (dalam Hasibuan, 2020:20), mengemukakan diskusi dapat dilakukan dalam bermacam-macam bentuk dan dengan bermacam macam tujuan. Berbagai bentuk diskusi yang dikenal adalah sebagai berikut.

- 1) *The social problema meeting*, yaitu para siswa berbincang-bincang memecahkan masalah *social* dikelasnya dengan harapan agar siswa akan terasa terpanggil untuk mempelajari dan bertingkah laku sesuai dengan baik.
- 2) *The open-ended meeting*, yaitu para siswa berbincang-bincang mengenai masalah apa saja yang berhubungan dengan kehidupan mereka sehari-hari dengan berbagai macam permasalahan.

3) *The educational-diagnosis meeting*, yaitu para siswa berbincang-bincang mengenai pelajaran di kelas dengan maksud untuk saling mengoreksi pemahaman mereka atas pelajaran yang telah diterimanya.

Sadona (2021:17) menyebutkan terdapat beberapa jenis diskusi, yaitu sebagai berikut:

- 1) Diskusi kelompok, yaitu diskusi kelompok biasanya disebut dengan kelompok studi merupakan salah satu metode pembelajaran guna membangun kebersamaan dan kesepahaman berfikir, bersikap dalam membahas masalah, dan memecahkan masalah.
- 2) Diskusi panel, yaitu diskusi yang terbagi dua macam yaitu panel murni dan panel forum. Diskusi panel adalah sebuah pertemuan guna bertukar informasi, gagasan, dari beberapa orang penulis atau pembicara dengan disiplin ilmu yang berbeda, dipandu oleh moderator dan dihadiri oleh sekelompok pendengar, peserta dengan minat khusus.
- 3) Panel forum, yaitu pertukaran pendapat beberapa orang penulis, pakar dalam suatu topik, dipandu oleh seorang moderator dan dihadiri para peserta yang juga diberikan kesempatan berbicara dengan penulis.
- 4) Seminar, yaitu bentuk pertemuan atau persidangan untuk membahas suatu masalah akademik, biasanya dengan pembimbing atau ahli dalam bidang tertentu.

- 5) Lokakarya, yaitu pertemuan ilmiah dalam skala kecil yang bertujuan memecahkan masalah tertentu dan mencari solusinya. Lokakarya bisa disebut dengan *workshop*.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk diskusi, yaitu: 1) Diskusi kelompok; 2) Diskusi panel; 3) Panel forum; 4) Seminar; dan 5) Lokakarya.

d. Kelebihan Teknik Diskusi

Sadona (2021:20) menyebutkan kelebihan teknik diskusi adalah sebagai berikut:

- 1) Merangsang kreativitas siswa dalam bentuk ide, gagasan prakarsa, dan terobosan baru dalam pemecahan suatu masalah.
- 2) Mengembangkan sikap menghargai pendapat orang lain, memperluas wawasan.
- 3) Membina untuk terbiasa musyawarah untuk memperkuat dalam memecahkan masalah.

Penggunaan diskusi kelompok dalam pelaksanaan bimbingan kelompok mempunyai beberapa kelebihan (Romlah dalam Oktaviani, 2015:38), yaitu sebagai berikut.

- 1) Membuat anggota kelompok lebih aktif karena tiap anggota mendapat kesempatan untuk berbicara dan memberi sumbangan pada kelompok.
- 2) Anggota kelompok dapat saling bertukar pengalaman, pikiran, perasaan, dan nilai-nilai yang akan membuat persoalan yang dibicarakan menjadi lebih jelas.

- 3) Anggota kelompok belajar mendengarkan dengan baik apa yang dikatakan anggota kelompok yang lain.
- 4) Dapat meningkatkan pengertian terhadap diri sendiri dan pengertian terhadap orang lain. Melalui balikan yang diberikan anggota lain, terutama di dalam diskusi kelompok kecil, masing-masing anggota dapat melihat dirinya dengan lebih mendalam.
- 5) Memberi kesempatan pada anggota untuk belajar menjadi pemimpin, baik dengan menjadi pemimpin kelompok maupun dengan mengamati perilaku pemimpin kelompok.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kelebihan teknik diskusi adalah dapat merangsang kreativitas siswa, dapat mengembangkan sikap menghargai pendapat orang lain, dan dapat membina untuk terbiasa musyawarah untuk memperkuat dalam memecahkan masalah.

e. Kelemahan Teknik Diskusi

Sadona (2021:20) menyebutkan kelemahan teknik diskusi adalah sebagai berikut:

- 1) Tidak dapat dipakai pada kelompok yang besar.
- 2) Pembicaraan terkadang menyimpang, sehingga memerlukan waktu yang panjang.
- 3) Dimungkinkan dikuasai oleh orang-orang yang suka berbicara atau ingin menonjolkan diri.

Penggunaan diskusi kelompok dalam pelaksanaan bimbingan kelompok mempunyai beberapa kelemahan (Romlah dalam Oktaviani, 2015:39), yaitu sebagai berikut:

- 1) Dapat menjadi salah arah apabila pemimpin kelompok tidak melaksanakan fungsi kepemimpinannya dengan baik.
- 2) Ada kemungkinan diskusi dikuasai oleh individu-individu tertentu, sehingga anggota lain kurang mendapat kesempatan berbicara.
- 3) Membutuhkan banyak waktu dan tempat yang agak luas, terutama untuk diskusi-diskusi kelompok kecil, agar masing-masing kelompok tidak terganggu.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kelemahan teknik diskusi, yaitu tidak dapat dipakai pada kelompok yang besar, pembicaraan terkadang menyimpang, sehingga memerlukan waktu yang panjang, dan dimungkinkan dikuasai oleh orang-orang yang suka berbicara atau ingin menonjolkan diri.

3. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi

Bimbingan kelompok adalah suatu layanan bimbingan yang diberikan kepada peserta didik secara bersama-sama atau kelompok agar kelompok menjadi besar, kuat, dan mandiri. Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli atau klien. Isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan

masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran (Nasution dan Abdilah, 2019:148).

Masdudi (2015:66) menyatakan bimbingan kelompok digunakan dalam membantu peserta didik atau sekelompok peserta didik dalam memecahkan masalah-masalah melalui kegiatan kelompok. Masalah yang dihadapi bersifat kelompok, dirasakan bersama oleh kelompok atau bersifat individual, yaitu dirasakan oleh individu sebagai anggota kelompok. Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk membantu mengatasi masalah bersama atau membantu individu untuk menghadapi masalah dengan menempatkannya dalam suatu kehidupan kelompok.

Teknik diskusi adalah cara penyajian pembelajaran, dimana peserta didik dihadapkan kepada suatu masalah, yang bisa berupa pernyataan atau pertanyaan yang bersifat problematis untuk dibahas dan dipecahkan bersama (Mutiasari, 2021:28). Melalui diskusi kelompok, peserta didik mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah bersama-sama, dengan saling memberi saran dan pertimbangan untuk memecahkan masalah.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi merupakan pemberian layanan dalam bentuk kegiatan kelompok untuk memecahkan masalah secara bersama-sama dengan cara berdiskusi bersama. Berbagai macam masalah dapat dipecahkan dalam bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, baik masalah pelajaran, sosial ataupun merencanakan suatu kegiatan.

Prayitno (Mutiasari, 2021:44) menyebutkan tiga langkah dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu sebagai berikut.

a. Perencanaan

Pada tahap perencanaan fasilitator melaksanakan melalui lima hal, yaitu merumuskan tujuan diskusi, menentukan jenis diskusi (apakah diskusi kelas, diskusi kelompok-kelompok kecil atau diskusi panel), melihat pengalaman dan perkembangan peserta didik (apakah memerlukan pengarahan-pengarahan, tugas yang sederhana, waktu diskusi yang lebih pendek atau sebaliknya), memperhitungkan waktu yang tersedia untuk kegiatan diskusi, mengemukakan hasil yang diharapkan dari diskusi (misalnya rangkuman, kesimpulan-kesimpulan atau pemecahan masalah).

b. Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan fasilitator memberikan tugas yang harus didiskusikan, waktu yang tersedia untuk mendiskusikan tugas, dan memberitahu cara melaporkan tugas, serta menunjuk pengamatan diskusi apabila diperlukan.

c. Penilaian

Pada tahap penilaian fasilitator meminta pengamat melaporkan hasil pengamatannya, memberikan komentar mengenai proses diskusi dan membicarakannya dengan kelompok.

Destriana (2017:65) menyebutkan beberapa tahapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu sebagai berikut.

a. *Assesment*, yaitu:

- 1) Mempersilahkan peserta didik menceritakan permasalahannya.
- 2) Mengidentifikasi perilaku yang bermasalah.
- 3) Mengklasifikasikan perilaku yang bermasalah.
- 4) Mengidentifikasi peristiwa yang mengawali dan menyertai perilaku yang bermasalah.
- 5) Mengidentifikasi intensitas perilaku yang bermasalah.
- 6) Mengidentifikasi perasaan peserta didik saat menceritakan perilaku bermasalah.
- 7) Merangkum pembicaraan peserta didik.
- 8) Menemukan inti masalah.
- 9) Mengidentifikasi hal-hal yang menarik dalam kehidupan peserta didik.
- 10) Memberikan motivasi kepada peserta didik.

b. *Goal setting*, yaitu:

- 1) Menentukan tujuan konseling.
- 2) Mempertegas tujuan yang ingin dicapai.
- 3) Meyakinkan peserta didik bahwa praktikan ingin membantu peserta didik dalam mencapai tujuan konseling.
- 4) Membantu peserta didik memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai.

5) Merinci tujuan menjadi sub tujuan yang berurutan dan operasional.

c. Implementasi teknik, yaitu:

- 1) Menentukan teknik bimbingan.
- 2) Menyusun prosedur perlakuan sesuai dengan teknik yang diterapkan.
- 3) Melaksanakan prosedur perlakuan sesuai dengan teknik yang diterapkan.

d. Evaluasi dan pengakhiran, yaitu:

- 1) Menanyakan dan mengevaluasi apa yang akan dilakukan peserta didik setelah diberikan perlakuan.
- 2) Membantu peserta didik mentranfer apa yang diajari kedalam tingkah laku peserta didik.
- 3) Mengeksplorasi kemungkinan kebutuhan bimbingan tambahan.
- 4) Menyimpulkan apa yang telah dilakukan dan dikatakan peserta didik.
- 5) Membahas tugas-tugas yang harus dilakukan pada pertemuan selanjutnya.
- 6) Mengakhiri proses bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa langkah-langkah dalam melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.

4. Pemahaman Diri

a. Pengertian Pemahaman Diri

Pemahaman diri merupakan suatu cara individu untuk menemukan kekuatan diri seperti karakteristik, potensi, dan juga sejumlah kelemahan

yang berpotensi untuk dikembangkan (Aiken dalam Anindya, 2021:57). Pemahaman diri merupakan upaya individu untuk menemukan konsep diri yaitu suatu gambaran tentang diri yang berkaitan dengan kondisi fisik dan psikis yang melekat pada dirinya.

Pemahaman diri merupakan suatu struktur yang membantu individu mengorganisasikan dan memahami tentang siapa dirinya, didasarkan atas pandangan orang lain, pengalaman-pengalamannya sendiri, dan atas dasar penggolongan budaya, seperti gender, ras, dan sebagainya (Adhani, 2019:10). Pemahaman diri adalah pemahaman seseorang terhadap dirinya sendiri secara keseluruhan.

Pemahaman diri merupakan salah satu proses yang harus dilakukan untuk membentuk konsep diri, dengan pemahaman diri yang didasarkan dengan sikap positif akan memunculkan konsep diri yang positif juga dimana hal itu akan berpengaruh pada kepercayaan diri yang tinggi (Amin, 2019:48). Pemahaman diri yang objektif akan membuat seseorang mengerti akan dirinya, termasuk kelemahan dan kelebihan yang dimiliki serta bisa bersikap positif dalam menanggapi kelemahan dan kelebihan yang ada.

Pemahaman diri adalah representasi kognitif remaja mengenai diri, substansi, dan isi dari konsepsi-diri remaja (Santrock dalam Anjanisari, 2013:7). Pemahaman diri adalah suatu struktur yang membantu individu mengorganisasikan dan memahami tentang siapa dirinya, yang didasarkan atas pandangan orang lain, pengalaman-pengalamannya

sendiri, dan atas dasar penggolongan budaya, seperti gender, ras, dan sebagainya.

Pemahaman diri adalah individu mengenal potensinya baik potensi fisik ataupun potensi psikisnya, sehingga individu memahami arah dan tujuan hidupnya atau cita-cita (Sari, 2019:15). Potensi fisik yaitu sejumlah kemampuan yang ada pada anggota badan dan panca indra individu sedangkan potensi psikis individu mencakup minat, abilitas, kepribadian, nilai dan sikap. Pemahaman yang dimaksud disini tidak hanya terbatas pada pengenalan peserta didik atas keunggulannya saja tetapi mencakup pengenalan peserta didik atas kekurangan yang ada dalam diri.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan pemahaman diri merupakan gambaran kognitif individu mengenai dirinya (potensi, kelebihan maupun kekurangan), isi dari konsepsi diri individu, dan pemahaman mengenai dirinya baik yang disadari maupun yang tidak disadari.

b. Tujuan Pemahaman Diri

Tujuan pemahaman diri adalah membantu individu dalam memahami dirinya, nilai-nilai kepribadian dan kemampuan emosionalnya dalam rangka memahami diri dalam kaitannya dengan upaya pengembangan kematangannya dalam menghadapi berbagai tantangan hidup (Sari, 2019:16). Pemahaman diri merupakan aspek yang sangat penting bagi peserta didik. Peserta didik yang memahami diri

lebih memiliki peluang yang besar dalam meraih cita-cita dari pada peserta didik yang belum mengenal dengan baik akan diri sendiri, karena peserta didik yang telah memahami diri telah memahami kemampuan, minat, kepribadian dan nilai termasuk kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri, sehingga peserta didik memiliki arah dan tujuan hidup yang realistis dimana mereka memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensi diri.

Pemahaman diri merupakan aspek yang penting bagi individu. Adapun tujuan dari pemahaman diri (Anjanisari, 2013:8), adalah sebagai berikut:

- 1) Pemahaman diri memberikan dasar identitas diri yang rasional.
- 2) Pemahaman diri membantu individu merencanakan karier dan menjalin hubungan yang lebih intim dengan orang lain.
- 3) Pemahaman diri membantu individu memberikan arah dan tujuan hidup.
- 4) Pemahaman diri membantu meningkatkan konsep diri individu dan membantu individu mencapai keberhasilan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan pemahaman diri adalah membantu individu dalam memahami dirinya, nilai-nilai kepribadian dan kemampuan emosionalnya dalam rangka memahami diri dalam kaitannya dengan upaya pengembangan kematangannya dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

c. Aspek-Aspek Pemahaman Diri

Aspek-aspek yang harus dipahami individu (Marita, 2012:1), yaitu sebagai berikut:

- 1) Aspek fisik, yaitu seluruh anggota badan individu termasuk bagian-bagiannya. Artinya individu harus mengenali dan memahami kondisi jasmaniahnya dengan segala potensinya. Misalnya, apakah kondisi jasmaniah individu dalam keadaan normal atau tidak. Hal ini penting agar individu mampu mengambil keputusan dengan tepat dan mampu menyikapi hidup ini dengan benar.
- 2) Aspek psikis, yaitu berhubungan dengan kondisi kejiwaan individu. Misalnya, bagaimana kecerdasan individu dan bagaimana emosi yang dimiliki individu. Sehingga, individu mampu menyikapi pilihan karir dan masa depan, serta mampu menempatkan dirinya dalam berhubungan dengan orang lain.
- 3) Aspek minat, yaitu rasa tertarik yang kuat terhadap objek tertentu. Hal ini penting untuk dipahami individu, karena dengan adanya minat yang kuat terhadap objek pilihannya, maka prestasi yang diharapkan akan mudah tercapai. Oleh karena itu, perlu penanaman minat terhadap individu terhadap berbagai objek yang positif, sehingga timbul rasa menyenangkan objek dengan tingkat motivasi yang tinggi.
- 4) Aspek bakat, yaitu kemampuan yang dibawa oleh individu sejak lahir dan bersifat menurun (genetik). Pentingnya individu memahami bakat agar individu mampu mengembangkan diri secara optimal. Bakat akan

cepat berkembang dengan baik apabila ditunjang dengan sarana dan prasarana. Oleh karena itu, peran orang tua dan masyarakat dapat dilakukan dengan memberikan wadah penyaluran bakat-bakat, sehingga memunculkan dan mengembangkan bakat yang dimiliki individu.

- 5) Aspek cita-cita, yaitu gambaran diri yang ada pada diri seseorang. Misalnya, individu ingin menjadi TNI/POLRI, maka individu harus memahami apakah dirinya sudah memiliki potret diri menjadi TNI/POLRI. Sudah tergambar secara keseluruhan dalam diri individu kriteria dan syarat-syarat yang mutlak harus dipenuhi agar bisa menjadi TNI/POLRI. Hal ini penting untuk dipahami dengan cermat gambaran dirinya, sehingga individu benar-benar mampu memilih karir sesuai dengan cita-citanya.
- 6) Aspek kebutuhan pokok, yaitu kebutuhan pokok seperti yang diinginkan dalam menjalani kehidupan. Misalnya: makan, minum, keamanan, kasih sayang, rekreasi, aktualisasi diri, dan sosialisasi.
- 7) Aspek gaya hidup, yaitu gaya hidup yang diinginkan oleh masing-masing individu berbeda. Misalnya, individu ingin bergaya hidup elit, bergaya hidup sederhana, serta bergaya hidup biasa-biasa saja. Oleh karena itu, gaya hidup perlu dipahami dengan benar. Individu hendaknya menyesuaikan dengan kemampuannya, sehingga dalam menyikapi hidup tidak diperbudak oleh hawa nafsu. Keterampilan,

kerja keras, pengalaman akan mempermudah untuk memutuskan gaya hidup individu.

Pulungan (2018:14) menyebutkan aspek-aspek pemahaman diri individu adalah sebagai berikut:

- 1) Jasmani, yaitu memahami keadaan tubuh, maka akan belajar memahami diri sendiri secara fisik. Perubahan fisik menyebabkan kecanggungan bagi individu karena harus menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi pada dirinya.
- 2) Inteligensi, yaitu keseluruhan kemampuan individu untuk berpikir dan bertindak secara terarah, serta mengelola dan menguasai lingkungan secara efektif. Berpikir merupakan unsur yang ada dalam inteligensi.
- 3) Minat, yaitu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya merupakan penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah disebutkan di atas, aspek-aspek pemahaman diri yang digunakan sebagai indikator dalam penelitian ini, yaitu: aspek fisik, aspek psikis, aspek minat, aspek bakat, aspek cita-cita, aspek kebutuhan pokok, dan aspek gaya hidup.

d. Faktor yang Memengaruhi Pemahaman Diri

Pemahaman diri dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal (Sari, 2019:19). Faktot internal yang turut mempengaruhi pemahaman diri ditentukan oleh diri terbuka dan tertutup. Kepribadian

terbuka berkontribusi positif terhadap pemahaman diri, sedangkan keperibadian yang tertutup adalah faktor penghambat dalam pemahaman diri. Faktor eksternal (lingkungan) yang mempengaruhi pemahaman diri, antara lain lingkungan keluarga, teman sebaya dan sekolah.

Pemahaman diri peserta didik dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor dari dalam diri peserta didik dan faktor yang datang dari luar diri peserta didik atau faktor lingkungan. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman diri (Slameto dalam Wirawan, 2018:8) adalah sebagai berikut.

- 1) Faktor-faktor internal: jasmaniah (kesehatan, cacat tubuh), psikologis (intelengensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, kesiapan, kelelahan).
- 2) Faktor-faktor eksternal: keluarga (cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua, latar belakang kebudayaan), sekolah (metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, waktu sekolah, standar pelajaran di atas ukuran, keadaan gedung, metode pemahaman diri, tugas rumah), masyarakat (kegiatan siswa dalam masyarakat, media massa, teman bergaul, bentuk kehidupan masyarakat).

Sardiman (dalam Wirawan, 2018:8) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman diri adalah faktor internal (dari dalam) diri siswa dan faktor eksternal (dari luar) diri siswa. Berkaitan dengan faktor

dari dalam diri siswa, selain faktor kemampuan, ada juga faktor lain yaitu motivasi, minat, perhatian, sikap, kebiasaan pemahaman diri, ketekunan, kondisi sosial ekonomi, kondisi fisik dan psikis. Kehadiran faktor psikologis dalam pemahaman diri akan memberikan andil yang cukup penting. Faktor-faktor psikologis akan senantiasa memberikan landasan dan kemudahan dalam upaya mencapai tujuan pemahaman diri secara optimal.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi pemahaman diri siswa, yaitu faktor internal (dari dalam) diri siswa dan faktor eksternal (dari luar) diri siswa.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Tinjauan penelitian terdahulu dalam penelitian ini merupakan hasil penelitian terdahulu yang sudah dilakukan oleh peneliti lain, berupa: jurnal skripsi, jurnal nasional, dan atikel atau penelitian lainnya, guna memperkuat referensi penulisan skripsi ini.

Hasil penelitian Adhani, Istika (2019), menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman diri siswa dengan motivasi belajar rendah. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara pemahaman motivasi belajar sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas bimbingan kelompok dan pemahaman diri peserta didik. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut hanya menggunakan bimbingan kelompok, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan

kelompok dengan teknik diskusi. Selain itu, penelitian tersebut digunakan untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik dengan motivasi belajar, sedangkan penelitian ini hanya mengupas tentang pemahaman diri peserta didik.

Hasil penelitian Anjanisari, Puput Tri (2013), menunjukkan bahwa ada perbedaan pemahaman diri siswa sebelum dan sesudah diberikan model permainan *Johari Window* yang berarti ada peningkatan pemahaman diri melalui model permainan *Johari Window* siswa kelas X AK 3 SMK SORE Kota Madiun tahun pelajaran 2012/2013. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas peningkatan pemahaman diri peserta didik. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut menggunakan model permainan *Johari Window* pada peserta didik di SMK, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi pada peserta didik di SMP.

Hasil penelitian Destriana, Megita (2017), menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIIID. Berdasarkan hasil uji hipotesis, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VIII D MTsN 2 Bandar Lampung. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik

diskusi untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik.

Hasil penelitian Hasibuan, Anggi Parlina (2020), menunjukkan bahwa layanan bimbingan konseling kelompok cukup meningkat dalam mengentaskan permasalahan siswa. Hal tersebut terlihat dari respon yang diberikan siswa dalam grup diskusi yang peneliti lakukan secara *online*. Hasil *laiseg* yang peneliti berikan kepada siswa tersebut dimana hasilnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan konseling kelompok ini cukup meningkat yang tadinya hanya 40% meningkat menjadi 75%-94%. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik.

Hasil penelitian Mutiasari, Ana (2021), menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi berpengaruh dalam perencanaan karir. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan perencanaan karier peserta didik di SMK,

sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di SMP.

Hasil penelitian Noveriansyah (2017), menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara skor minat belajar setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dengan skor sebelum diberikan layanan. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan minat belajar peserta didik, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik.

Hasil penelitian Oktaviani, Diana (2015), menunjukkan bahwa terjadi penurunan perilaku seksual sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok teknik diskusi. Layanan bimbingan kelompok teknik diskusi berpengaruh terhadap perilaku seksual siswa. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok terhadap perilaku seksual pranikah peserta didik di SMA, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di SMP.

Hasil penelitian Pulungan, Yusna Khairani (2018), menunjukkan bahwa pemberian layanan informasi dapat meningkatkan pemahaman diri siswa kelas X-2 Madrasah Aliyah Laboratorium UIN SU Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas peningkatan pemahaman diri peserta didik. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut menggunakan layanan informasi kepada peserta didik di Madrasah Aliyah, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di SMP.

Hasil penelitian Rabiah, Gustina (2015), menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pemahaman diri siswa sebelum dan sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok. Setelah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok terhadap pemahaman diri siswa *boarding school* kelas X SMK Kehutanan Negeri Pekanbaru mengalami peningkatan sebesar 12%. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas pemahaman diri peserta didik. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian tersebut hanya menggunakan layanan bimbingan kelompok kepada peserta didik di SMK, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di SMP.

Hasil penelitian Sadona, Ellafal (2021) menunjukkan bahwa guru BK telah melaksanakan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan prosedur layanan bimbingan kelompok dan guru BK memberikan topik atau materi yang sesuai dengan materi permasalahan yang ada. Sedangkan faktor pendukung dan penghambatnya yaitu: (1) faktor pendukungnya adalah anggota kelompok merasa nyaman dan terbuka dalam pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan

kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan sikap toleransi. (2) faktor penghambatnya adalah kurangnya waktu jam BK yang menyebabkan materi layanan bimbingan kelompok tidak tersampaikan dengan secara satu kali pertemuan. Terdapat kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama membahas bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu, pada penelitian tersebut menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan sikap toleransi antar peserta didik di SMA, sedangkan penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan pemahaman diri peserta didik di SMP.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu yang telah dijelaskan di atas, dapat diketahui beberapa kesamaan dengan penelitian ini, yaitu sama-sama menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dan peningkatan pemahaman diri peserta didik. Sedangkan beberapa perbedaan hasil penelitian terdahulu tersebut, yaitu menggunakan model permainan *Johari Window*, peningkatan motivasi belajar, peningkatan minat belajar, peningkatan komunikasi interpersonal, peningkatan sikap toleransi, peningkatan rasa percaya diri, perilaku seksual pranikah, dan perencanaan karir.

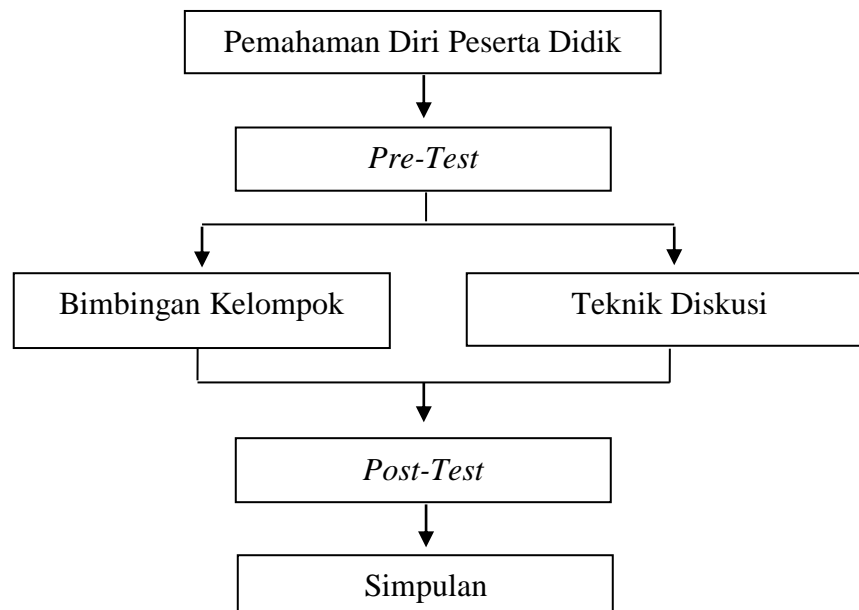
C. Kerangka Berpikir

Penelitian ini bertujuan: 1) untuk mendeskripsikan implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan; dan 2) untuk mengetahui

adakah peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi.

Bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan; dan 3) penilaian (Prayitno dalam Mutiasari, 2021:44). Adapun indikator pemahaman diri peserta didik memiliki enam aspek, yaitu: aspek fisik, aspek psikis, aspek bakat, aspek cita-cita, aspek kebutuhan pokok, dan aspek gaya hidup (Marita, 2012). Bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif diterapkan dalam masalah pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan. Hal ini dapat terjadi, karena bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat membantu peserta didik dalam memecahkan suatu masalah melalui diskusi kelompok, peserta didik mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah bersama-sama, dengan saling memberi saran dan pertimbangan untuk memecahkan masalah.

Penelitian ini memerlukan kerangka berpikir guna mempermudah pemahaman dalam melakukan penelitian. Kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat ditunjukkan melalui gambar sebagai berikut.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah atau submasalah yang diteliti, dijabarkan dari landasan teori tetapi harus diuji kebenarannya, diterima atau ditolak (Sukmadinata, 2013). Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

Ha = terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi.

Ho = tidak terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 6 Pekalongan pada bulan September 2022. Penelitian melibatkan peserta didik kelas VIII B dan guru BK.

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini meliputi variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2013). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok teknik diskusi.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2013). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pemahaman diri peserta didik.

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel merupakan suatu definisi yang berupa bentuk konstruk dengan kata-kata yang menggambarkan perilaku atau gejala yang dapat diamati dan dapat diuji kebenarannya oleh orang lain. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah bimbingan kelompok dengan teknik

diskusi dan pemahaman diri peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan.

Bimbingan kelompok dengan teknik diskusi merupakan pemberian layanan dalam bentuk kegiatan kelompok untuk memecahkan masalah secara bersama-sama dengan cara berdiskusi bersama. Bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilakukan enam kali kepada peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan. Bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan; dan 3) penilaian.

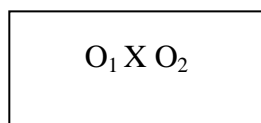
Topik yang digunakan dalam bimbingan kelompok dengan teknik diskusi adalah pemahaman diri peserta didik kelas VIII B peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan. Pemahaman diri merupakan gambaran kognitif individu mengenai dirinya (potensi, kelebihan maupun kekurangan), isi dari konsepsi diri individu, dan pemahaman mengenai dirinya baik yang disadari maupun yang tidak disadari. Indikator pemahaman diri yang digunakan, yaitu: aspek fisik, aspek psikis, aspek bakat, aspek cita-cita, aspek kebutuhan pokok, dan aspek gaya hidup. Adapun alat untuk mengukur pemahaman diri peserta didik menggunakan angket pemahaman diri dengan ketentuan skor atau nilai Sangat Setuju "SS" dengan skor 4, Setuju "S" dengan skor 3, Tidak Setuju "TS" dengan skor 2, dan Sangat Tidak Setuju "STS" dengan skor 1.

D. Metode dan Desain Penelitian

Metode penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini berusaha untuk mencari pengaruh peningkatan suatu variabel terhadap variabel lainnya yang sedang diteliti. Penelitian kuantitatif dapat

diartikan sebagai penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara *random*, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013). Menurut Sukmadinata (2013) penelitian kuantitatif adalah penelitian yang hasilnya dipaparkan dengan menggunakan angka-angka, pengolahan statistik, struktur dan percobaan terkontrol.

Penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Designs* tipe *One Group Pretest-Posttest Design*. Paradigma dalam penelitian eksperimen model ini adalah desain penelitian yang terdapat *pre-test* sebelum diberi perlakuan dan *post-test* setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui data lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan (Sugiyono, 2013).



Gambar 3.1 *One Group Pretest-Posttest Design*

Sumber: Sugiyono, 2013

Keterangan:

O_1 = nilai *pre-test* (sebelum diberi perlakuan)

X = *treatment* yang diberikan (variabel independen)

O_2 = nilai *post-test* (setelah diberi perlakuan)

E. Populasi, Sampel, dan Sampling

1. Populasi

Sugiyono (2013) menyatakan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VIII berjumlah 67 peserta, terdiri dari kelas VIIIA 35 peserta dan kelas VIIIB 32 peserta.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2013). Sampel penelitian ini adalah peserta didik kelas VIIIB SMP Negeri 6 Pekalongan berjumlah 32 peserta. Kelas yang dipilih nantinya akan diberi perlakuan, yaitu pemberian angket pemahaman diri peserta didik setelah memperoleh bimbingan kelompok dengan teknik diskusi.

3. Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling purposive*. *Sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2013). Pengambilan sampel didasarkan pada pemilihan kelas yang memiliki tingkat nilai kognitif yang tinggi, yaitu kelas VIIIB memiliki nilai kognitif yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelas VIIIA.

F. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik non tes. Teknik non tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi (angket). Tujuan observasi adalah untuk mengetahui bagaimana kondisi peserta didik pada saat penelitian. Angket diberikan kepada peserta didik untuk mengetahui peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket pemahaman diri peserta didik. Angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab oleh peserta didik. Adapun pedoman angket pemahaman diri peserta didik adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Pedoman Angket Pemahaman Diri Peserta Didik

No.	Indikator Penelitian	Item		Responden
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Aspek fisik	1, 3, 5	2, 4, 6	Peserta didik kelas VIII B
2.	Aspek psikis	7, 9, 11	8, 10, 12	
3.	Aspek minat	13, 15	14, 16	
4.	Aspek bakat	17, 19, 21	18, 20, 22	
5.	Aspek cita-cita	23, 25	24, 26	
6.	Aspek kebutuhan pokok	27, 29	28, 30	

7.	Aspek gaya hidup	31, 33	32, 34	
	Jumlah item	17	17	

Adapun hasil angket pemahaman diri peserta didik, selanjutnya dapat dipersentasekan dengan tabel persentase menurut Arikunto (2010), yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.2 Range Persentase

No.	Rentang Nilai	Kategori
1.	81% - 100%	Sangat Baik
2.	61% - 80%	Baik
3.	41% - 60%	Cukup
4.	21% - 40%	Kurang
5.	0% - 20%	Sangat Kurang

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif. Statistik ditujukan untuk mencari data, menyajikan data dan menentukan nilai. Selanjutnya data dilakukan pemahaman sebagai pembahasan atas permasalahan terkait implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 6 Pekalongan.

Sebelum dilakukan analisis, data yang telah diperoleh akan diuji dengan uji persyaratan data, yaitu: uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas. Uji prasyarat data yang digunakan dalam penelitian ini, dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Uji Validitas

Validitas terkait sampai sejauh mana isi dari suatu alat ukur mewakili bahan, topik, perilaku atau substansi yang akan diukur (Maksun, 2012). Validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas konstruk dengan menggunakan *inter-items correlations* dengan teknik analisis korelasi *product moment* dari *Pearson*. Untuk mengetahui validitas butir digunakan rumus korelasi *Product Moment* sebagai berikut:

$$r = \frac{N \cdot \sum XY - \sum X \cdot \sum Y}{\{(N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2) (N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2)\}}$$

Keterangan:

- N : jumlah subjek
 $\sum X$: jumlah skor item
 $\sum Y$: jumlah skor total
 $\sum Xy$: jumlah perkalian antara skor item dengan skor total
 $\sum X^2$: jumlah skor item kuadrat
 $\sum Y^2$: jumlah skor total kuadrat
 r : koefisien korelasi antara X dan Y

(Maksun, 2012)

Adapun kriteria pengujiannya adalah sebagai berikut:

- Pada taraf nyata α 0,05 jika r hitung lebih besar ($>$) dari r tabel, instrumen dinyatakan valid.
- Pada taraf nyata α 0,05 jika r hitung lebih kecil ($<$) dari r tabel, instrumen dinyatakan tidak valid.

2. Uji Reliabilitas

Adapun reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data-data yang dapat dipercaya juga. Apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataannya, maka berapa kali pun diambil, hasilnya tetap akan sama (Arikunto, 2010). Untuk mengetahui tingkat *reliabilitas* instrumen dalam penelitian ini penulis menggunakan rumus *Alpha* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{(k-1)} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

r_{11} : *realibilitas* instrumen

K : banyaknya butir soal

$\sum \sigma b^2$: jumlah varian butir

$\sigma^2 t$: variasi total

(Arikunto, 2010)

Adapun kriteria pengujiannya adalah sebagai berikut:

- a. Pada taraf nyata α 0,05 jika r hitung lebih besar ($>$) dari r tabel, instrumen dinyatakan reliabel.
- b. Pada taraf nyata α 0,05 jika r hitung lebih kecil ($<$) dari r tabel, instrumen dinyatakan tidak reliabel.

Adapun kriteria tingkat reliabilitas uji *Alpha* menurut Arikunto (2010), dapat ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 3.3 Kriteria Tingkat Reliabilitas

Besar Nilai <i>r</i>	Interpretasi
0,80 – 1,00	Tinggi
0,60 – 0,80	Cukup
0,40 – 0,60	Agak rendah
0,20 – 0,40	Rendah
0,00 – 0,20	Sangat rendah

3. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah distribusi sebuah data mengikuti atau mendekati distribusi normal (Santoso, 2018). Data yang baik adalah data yang mempunyai pola seperti distribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogrov-Sminarnov* dengan bantuan *software SPSS.26*.

Kriteria pengambilan keputusan dengan *Kolmogrov-Sminarnov* adalah sebagai berikut:

- a. Nilai *Sig* atau signifikansi atau nilai probabilitas $< 0,05$ distribusi adalah tidak normal.
- b. Nilai *Sig* atau signifikansi atau nilai probabilitas $> 0,05$ distribusi adalah normal.

4. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas data merupakan uji untuk memberikan informasi yaitu seragam tidaknya variansi sampel-sampel yang diambil dari populasi yang sama (Arikunto, 2010). Pengujian homogenitas menjadi penting apabila peneliti bermaksud melakukan generalisasi untuk hasil pengujiannya

serta penelitian yang datanya diambil dari kelompok-kelompok terpisah yang berasal dari satu populasi.

Dasar pengambilan keputusan uji homogenitas adalah jika $p > 0,05$, maka data dinyatakan homogen dan jika $p < 0,05$, maka data dikatakan tidak homogen. Perhitungan uji homogenitas dalam penelitian ini dengan bantuan *software SPSS.26*.

H. Hipotesis Statistik

Uji hipotesis menggunakan uji *paired* sampel *t-test*. Hal tersebut dilakukan berdasarkan perbedaan antara hasil *pre-test* dan hasil *post-test*. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan *SPSS.26*. Menurut Sugiyono (2013) uji *paired* sampel *t-test* merupakan salah satu metode pengujian yang digunakan untuk mengkaji keefektifan perlakuan, ditandai adanya perbedaan rata-rata sesudah diberikan perlakuan. Uji *paired* sampel *t-test* digunakan untuk membandingkan selisih dua mean dari dua sampel yang berpasangan dengan asumsi data berdistribusi normal.

Adapun dasar pengambilan keputusan adalah jika nilai *sig 2-tailed* $< 0,05$, maka terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Sedangkan jika nilai *sig 2-tailed* $> 0,05$, maka tidak terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Tempat dan Subjek Penelitian

SMP Negeri 6 Pekalongan beralamat di jalan RA Kartika No.36 Pekalongan, Keputran, Kecamatan Pekalongan Timur, Kota Pekalongan, Provinsi Jawa Tengah. SMP Negeri 6 Pekalongan memiliki visi “Terwujudnya warga sekolah berkarakter, literat, berprestasi, berbudaya lingkungan, dan memiliki kecakapan abad XXI”. Adapun misi yang dimiliki SMP Negeri 6 Pekalongan adalah sebagai berikut.

1. Memperkuat pendidikan karakter dan budaya literasi.
2. Meningkatkan prestasi akademik dan non akademik.
3. Memantapkan pengetahuan dan kesadaran terhadap pelestarian lingkungan hidup.
4. Mengembangkan kemampuan berpikir kritis, kreativitas, pemecahan masalah, komunikatif, dan kolaboratif.
5. Melaksanakan praktik, baik dalam pengelolaan pembelajaran, budaya, dan manajemen sekolah.
6. Membina jejaring yang mendukung percepatan peningkatan mutu sekolah.

SMP Negeri 6 Pekalongan memiliki 45 guru atau tenaga pengajar. Adapun jumlah peserta didik yang dimiliki sebanyak 320 peserta didik laki-laki dan 372 peserta didik perempuan dengan rombongan belajar sebanyak 21. Kurikulum yang dijalankan di SMP Negeri 6 Pekalongan adalah kurikulum 2013. Sedangkan sarana dan prasarana yang dimiliki, yaitu: sebanyak 27 ruang

kelas, ruang guru, ruang TU, 2 laboratorium, 1 perpustakaan, 15 sanitasi siswa, lapangan upacara, lapangan olahraga, kantin, ruang UKS, dan ruang OSIS.

B. Deskripsi Pelaksanaan Eksperimen

Implementasi bimbingan kelompok dengan teknik diskusi peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan, dilakukan melalui tiga tahap, yaitu: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan; dan 3) penilaian (Prayitno dalam Mutiasari, 2021:44). Terdapat tiga kelompok dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Setiap kelompok terdiri dari delapan peserta didik. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilakukan sebanyak lima kali pertemuan dengan materi pemahaman diri yang didalamnya terdapat beberapa topik, yaitu: 1) bakat dan minat; 2) remaja dan perubahan fisik, serta psikis; 3) pemahaman diri; 4) menggapai cita-cita; dan 5) gaya hidup dan kebutuhan pokok. Tiga tahap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dengan materi pemahaman diri dapat dijelaskan sebagai berikut.

1. Perencanaan

Perencanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, yaitu: 1) penentuan tujuan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi; 2) pembuatan rencana pelaksanaan layanan (RPL); 3) pembuatan materi terkait pemahaman diri peserta didik; 4) penetapan langkah-langkah bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terkait pemahaman diri peserta didik; dan 5) pembuatan lembar LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik).

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi materi pemahaman diri peserta didik, dilakukan sesuai tahapan-tahapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi yang telah ditentukan dalam perencanaan. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL), yaitu: 1) tahap awal, meliputi: menetapkan tujuan layanan, langkah-langkah kegiatan dalam layanan, mengarahkan kegiatan (konsolidasi), dan tahap peralihan; 2) tahap inti, meliputi: kegiatan dalam layanan, dan kegiatan guru BK atau konselor; 3) tahap penutup, meliputi: menyimpulkan hasil kegiatan, merefleksikan kegiatan, memberikan tindak lanjut, dan berdoa.

3. Penilaian

Pada tahap penilaian dilakukan dengan diadakan evaluasi menggunakan instrumen Laiseg, meliputi: evaluasi tentang suasana pertemuan, evaluasi terhadap topik yang dibahas, evaluasi terhadap cara guru BK menyampaikan materi, dan evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti. Hasil evaluasi dengan menggunakan lembar Laiseg terkait topik pemahaman diri peserta didik, yaitu: 1) bakat dan minat; 2) remaja dan perubahan fisik, serta psikis; 3) pemahaman diri; 4) menggapai cita-cita; dan 5) gaya hidup dan kebutuhan pokok.

Berdasarkan implementasi bimbingan kelompok dengan teknik diskusi yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan, dapat disimpulkan bahwa: bimbingan kelompok dengan teknik diskusi,

dilakukan melalui tiga tahap, meliputi: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan; dan 3) penilaian. Penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat terlaksana dengan baik. Akan tetapi, terdapat beberapa kendala yang dihadapi, yaitu peserta didik masih merasa canggung dalam mengungkapkan masalah yang dihadapinya dan kesulitan dalam mengkondisikan peserta didik ketika diskusi berlangsung. Setelah memberikan pemahaman dan memberikan contoh permasalahan, peserta didik lebih berani dalam mengungkapkan masalah yang dihadapinya.

C. Data Hasil *Pre-Test* dan *Post Test*

1. Data Hasil *Pre-Test* Angket Pemahaman Diri

Hasil *pre-test* yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 71% dalam kategori baik. Data hasil *pre-test* tiap aspek dapat ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut.

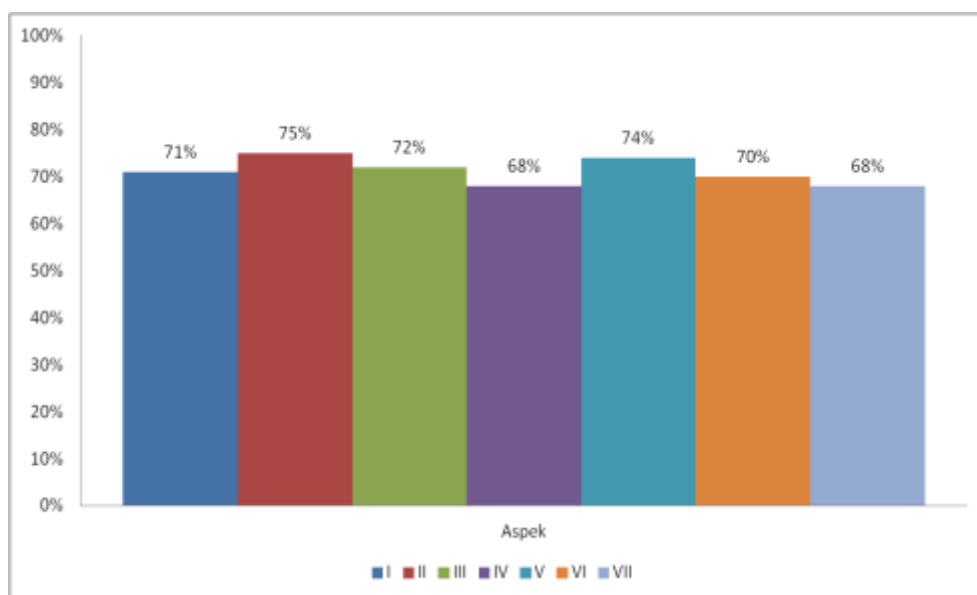
Tabel 4.1 Hasil *Pre-Test* Pemahaman Diri Tiap Aspek

Aspek	Indikator	Persentase	Kategori
I	Aspek fisik	71%	Baik
II	Aspek psikis	75%	Baik
III	Aspek minat	72%	Baik
IV	Aspek bakat	68%	Baik
V	Aspek cita-cita	74%	Baik
VI	Aspek kebutuhan pokok	70%	Baik
VII	Aspek gaya hidup	68%	Baik
Total Rata-Rata Persentase		71%	Baik

Berdasarkan data hasil *pre-test* pada tabel tersebut, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 71% dalam kategori baik. Pada aspek I Fisik, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 71% dalam kategori baik.

Pada aspek II Psikis, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 75% dalam kategori baik. Pada aspek III Minat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 72% dalam kategori baik. Pada aspek IV Bakat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 68% dalam kategori baik. Pada aspek V Cita-cita, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 74% dalam kategori baik. Pada aspek VI Kebutuhan pokok, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 70% dalam kategori baik. Pada aspek VII Gaya hidup, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 68% dalam kategori baik.

Berdasarkan data hasil *pre-test* yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, dapat disimpulkan bahwa pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan berada dalam kategori baik. Data hasil *pre-test* tiap aspek dapat ditunjukkan melalui gambar sebagai berikut.



Gambar 4.1 Hasil *Pre-Test* Pemahaman Diri Tiap Aspek

2. Data Hasil *Post-Test* Angket Pemahaman Diri

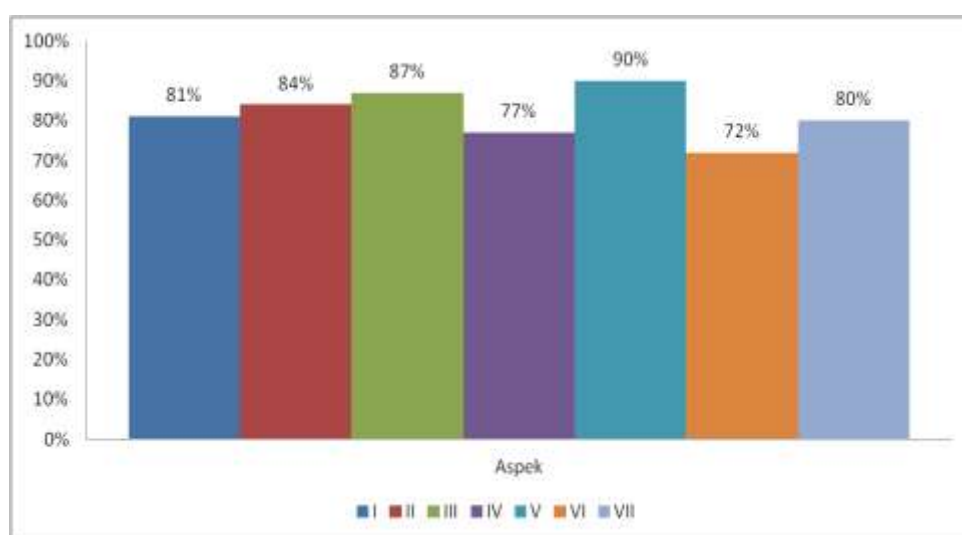
Hasil *post-test* yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 81% dalam kategori sangat baik. Data hasil *post-test* tiap aspek dapat ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 4.2 Hasil *Post-Test* Pemahaman Diri Tiap Aspek

Aspek	Indikator	Persentase	Kategori
I	Aspek fisik	81%	Sangat baik
II	Aspek psikis	84%	Sangat baik
III	Aspek minat	87%	Sangat baik
IV	Aspek bakat	77%	Baik
V	Aspek cita-cita	90%	Sangat baik
VI	Aspek kebutuhan pokok	72%	Baik
VII	Aspek gaya hidup	80%	Baik
Total Rata-Rata Persentase		81%	Sangat baik

Berdasarkan data hasil *post-test* pada tabel tersebut, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 81% dalam kategori sangat baik. Pada aspek I Fisik, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 81% dalam kategori sangat baik. Pada aspek II Psikis, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 84% dalam kategori sangat baik. Pada aspek III Minat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 87% dalam kategori sangat baik. Pada aspek IV Bakat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 77% dalam kategori baik. Pada aspek V Cita-cita, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 90% dalam kategori sangat baik. Pada aspek VI Kebutuhan pokok, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 72% dalam kategori baik. Pada aspek VII Gaya hidup, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 80% dalam kategori baik.

Berdasarkan data hasil *post-test* yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, dapat disimpulkan bahwa pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan mengalami peningkatan setelah mendapatkan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dan berada dalam kategori sangat baik. Data hasil *post-test* tiap aspek dapat ditunjukkan melalui gambar sebagai berikut.



Gambar 4.2 Hasil *Post-Test* Pemahaman Diri Tiap Aspek

3. Perbedaan Hasil *Pre-Test* dengan *Post-Test* Pemahaman Diri

Perbedaan hasil *pre-test* dengan hasil *post-test* pemahaman diri yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, pada tiap aspek dapat ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 4.3 Perbedaan Hasil *Pre-Test* dengan Hasil *Post-Test* Pemahaman Diri Tiap Aspek

Aspek	Indikator	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	Kategori
I	Aspek fisik	71%	81%	Meningkat
II	Aspek psikis	75%	84%	Meningkat
III	Aspek minat	72%	87%	Meningkat
IV	Aspek bakat	68%	77%	Meningkat
V	Aspek cita-cita	74%	90%	Meningkat

VI	Aspek kebutuhan pokok	70%	72%	Meningkat
VII	Aspek gaya hidup	68%	80%	Meningkat
Total Rata-Rata Persentase		71%	81%	Meningkat

Berdasarkan hasil *pre-test* dengan *post-test* pemahaman diri peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan, mengalami peningkatan nilai total rata-rata persentase sebesar dari 71% dalam kategori baik menjadi 81% dalam kategori sangat baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat mengetahui informasi dan pengetahuan terkait pemahaman diri setelah memperoleh bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dengan sangat baik.

Pada aspek I fisik, diperoleh peningkatan rata-rata persentase sebesar 71% dalam kategori baik meningkat menjadi 81% dalam kategori sangat baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat memahami diri secara fisik lebih baik setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui kelemahan dan kelebihan dari fisik (anggota tubuh) yang dimilikinya.

Pada aspek II psikis, diperoleh peningkatan rata-rata persentase sebesar 75% dalam kategori baik meningkat menjadi 84% dalam kategori sangat baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat memahami keadaan psikisnya lebih baik setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui dan memahami keadaan psikisnya dengan sangat baik.

Pada aspek III minat, diperoleh peningkatan rata-rata persentase sebesar 72% dalam kategori baik meningkat menjadi 87% dalam kategori sangat baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat memahami lebih baik minat yang dimilikinya setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui dan memahami minatnya dalam mengikuti suatu hal atau kegiatan yang bermanfaat dengan sangat baik.

Pada aspek IV bakat, diperoleh peningkatan rata-rata persentase sebesar 68% dalam kategori baik meningkat menjadi 77% dalam kategori baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat memahami bakat yang dimilikinya setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui dan memahami bakat yang dimiliki dan dapat menyalurkan bakat yang dimilikinya dengan baik.

Pada aspek V cita-cita, diperoleh peningkatan rata-rata persentase sebesar 74% dalam kategori baik meningkat menjadi 90% dalam kategori sangat baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat mengetahui dan memahami cita-cita yang dimilikinya setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui dan memahami cita-cita yang dimiliki dan dapat mengetahui cara untuk mencapai cita-cita tersebut dengan sangat baik.

Pada aspek VI kebutuhan pokok, diperoleh peningkatan rata-rata persentase sebesar 70% dalam kategori baik meningkat menjadi 72% dalam kategori baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat mengetahui dan

memahami kebutuhan pokok setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui dan memahami kebutuhan pokok dan dapat membedakan kebutuhan yang harus dipenuhinya dengan baik.

Pada aspek VII gaya hidup, diperoleh peningkatan rata-rata persentase sebesar 68% dalam kategori baik meningkat menjadi 80% dalam kategori baik. Hal ini disebabkan karena peserta didik dapat mengetahui dan memahami gaya hidupnya setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui dan memahami gaya hidupnya sesuai dengan latar belakang keluarga.

D. Uji Persyaratan Analisis Data

1. Hasil Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui validitas instrumen angket pemahaman diri yang digunakan dalam penelitian. Adapun contoh item angket pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan pada item nomor 1. Hasil perhitungan validitas butir item angket pemahaman diri nomor 1 dapat disajikan pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas Angket Pemahaman Diri

Item	Validitas		Keterangan
	R_{xy}	r_{tabel}	
1	0,413	0.361	Valid

Hasil perhitungan uji validitas pada tabel tersebut kemudian dikonsultasikan dengan tabel harga kritik dari r Product Moment. Dari tabel harga kritik dari r Product Moment diketahui bahwa skor r tabel untuk 32

subjek pada taraf kepercayaan 5% adalah 0,361. Dari konsultasi ini diketahui bahwa skor $r_{xy} = 0,413$ lebih besar dibandingkan dengan $r_{tabel} = 0,361$. Jadi pernyataan dari *instrument* valid. Penyajian dan perhitungan data validitas item angket pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, selengkapnya disajikan pada lampiran.

2. Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui reliabilitas instrumen item angket pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan yang digunakan untuk penelitian. Adapun hasil perhitungan uji reliabilitas disajikan pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas Item Angket Pemahaman Diri

Reliabilitas		Keterangan
r_{II}	r_{tabel}	
0,79	0,361	Reliabel

Hasil perhitungan item angket pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, diperoleh $r_{II} = 0,79$ sedangkan $r_{tabel} = 0,361$. Jika $r_{II} > r_{tabel}$, maka instrumen item angket tersebut *reliable* dengan tingkat koefisien cukup. Hasil uji reliabilitas selengkapnya terdapat pada lampiran.

3. Hasil Uji Normalitas

Hasil uji normalitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa data hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan berdistribusi normal. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah jika $p > 0,05$ maka normal, sebaliknya jika p

$< 0,05$ sebaran dikatakan tidak normal. Adapun hasil uji normalitas dapat ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas Pemahaman Diri Peserta Didik

Data	<i>N</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Mean</i>	<i>Sig</i>	Keterangan
Hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B	32	4,289	0,000	0,200	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05 menunjukkan bahwa nilai *Sig* data hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B, sebesar $0,200 > 0,05$, maka data berdistribusi normal. Dapat disimpulkan bahwa data hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan berdistribusi normal.

4. Hasil Uji Homogenitas

Hasil Uji homogenitas yang telah dilakukan menunjukkan bahwa data hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan bersifat homogen. Kaidah homogenitas jika $p > 0,05$, maka item dinyatakan homogen dan jika $p < 0,05$, maka item dikatakan tidak homogen. Adapun hasil uji homogenitas pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, dapat ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 4.7 Hasil Uji Homogenitas Pemahaman Diri Peserta Didik

Data	<i>Levene Statistic</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig</i>	Keterangan
Hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B	2,608	1	62	0,111	Homogen

Berdasarkan hasil homogenitas dengan taraf signifikansi sebesar 5% atau 0,05, menunjukkan bahwa data hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan dengan nilai *P value sig* 0,111 > 0,05, maka variabel bersifat homogen. Dapat disimpulkan bahwa hasil uji homogenitas data hasil pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan bersifat homogen.

E. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Uji hipotesis menggunakan uji *paired sampel t-test*. Hal tersebut dilakukan berdasarkan perbedaan antara hasil *pre-test* dan hasil *post-test*.

Adapun dasar pengambilan keputusan adalah jika nilai *sig 2-tailed* < 0,05, maka terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Sedangkan jika nilai *sig 2-tailed* > 0,05, maka tidak terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Hasil uji hipotesis dapat ditunjukkan melalui tabel sebagai berikut.

Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis

Pengujian	Mean	Standart Deviation	df	N	Sig	Keterangan
<i>Pre-Test-Post-Test</i>	-9,687	5,300	31	32	0,000	Terdapat peningkatan

Berdasarkan hasil uji *paired* sampel *t-test* yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Peningkatan nilai rata-rata *mean pre-test* sebesar 71,16 menjadi rata-rata *mean post-test* sebesar 80,84, maka diperoleh peningkatan rata-rata *mean* sebesar 9,687 atau 10%.

F. Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan; dan 3) penilaian. Topik yang digunakan dalam bimbingan kelompok dengan teknik diskusi adalah pemahaman diri peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan. Pemahaman diri merupakan gambaran kognitif individu mengenai dirinya (potensi, kelebihan maupun kekurangan), isi dari konsepsi diri individu, dan pemahaman mengenai dirinya baik yang disadari maupun yang tidak disadari. Indikator pemahaman diri memiliki aspek fisik, aspek psikis, aspek bakat, aspek cita-cita, aspek kebutuhan pokok, dan aspek gaya hidup (Marita, 2012).

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, yaitu: 1) penentuan tujuan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi; 2) pembuatan rencana pelaksanaan layanan (RPL); 3) pembuatan materi terkait pemahaman diri peserta didik; 4) penetapan langkah-langkah bimbingan kelompok dengan

teknik diskusi terkait pemahaman diri peserta didik; dan 5) pembuatan lembar LKPD.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi materi pemahaman diri peserta didik, dilakukan sesuai tahapan-tahapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi yang telah ditentukan dalam perencanaan. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi sesuai dengan rencana pelaksanaan layanan (RPL), yaitu: 1) tahap awal, meliputi: menetapkan tujuan layanan, langkah-langkah kegiatan dalam layanan, mengarahkan kegiatan (konsolidasi), dan tahap peralihan; 2) tahap inti, meliputi: kegiatan dalam layanan, dan kegiatan guru BK atau konselor; 3) tahap penutup, meliputi: menyimpulkan hasil kegiatan, merefleksikan kegiatan, memberikan tindak lanjut, dan berdoa.

a. Tahap Awal

Pada tahap awal bimbingan kelompok dengan teknik diskusi peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan, dilakukan melalui: menetapkan tujuan layanan, langkah-langkah kegiatan dalam layanan, mengarahkan kegiatan (konsolidasi), dan tahap peralihan. Penetapan tujuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terkait pemahaman diri peserta didik dengan topik: bakat dan minat, remaja dengan perubahan fisik serta psikis, pemahaman diri, menggapai cita-cita, serta gaya hidup dan kebutuhan pokok.

Langkah-langkah kegiatan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terkait pemahaman diri, antara lain: pembentukan kelompok, pengenalan pemimpin kelompok dan anggota kelompok, berdoa bersama, penjelasan asas-asas bimbingan kelompok dan tujuan bimbingan kelompok, membuat kesepakatan waktu, penyampaian materi bimbingan kelompok, melakukan permainan (*games*), curah pendapat dan diskusi, pemberian lembar Laiseg, doa bersama.

Kegiatan konsolidasi dilakukan oleh konselor sesuai dengan topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Konselor menjadi moderator dalam jalannya diskusi yang berlangsung, sehingga suasana dan keadaan diskusi tetap kondusif. Kegiatan peralihan dilakukan dengan menggunakan permainan (*games*) terkait topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. *Game* tersebut meliputi: *strip seven*, harimau makan harimau, sambung kata, dan pagi siang malam.

b. Tahap Inti

Kegiatan inti dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilakukan dengan topik, antara lain: bakat dan minat, remaja dengan perubahan fisik serta psikis, pemahaman diri, menggapai cita-cita, serta gaya hidup dan kebutuhan pokok. Peneliti bertindak sebagai konselor sebagai pemimpin jalannya diskusi dalam bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Konselor memberikan materi yang dibahas dalam kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Konselor

memberikan kesempatan untuk melakukan diskusi sesuai dengan topik yang dibahas. Konselor juga memberikan permainan guna memudahkan konseli supaya dapat memahami topik yang sedang dibahas.

c. Tahap Penutup

Pada tahap penutup dilakukan dengan merefleksikan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi yang telah dilaksanakan. Selain itu, dilakukan pemberian lembar LKPD guna mengetahui pemahaman diri peserta didik. Pemberian tindak lanjut dilakukan terkait materi yang akan disampaikan pada kegiatan selanjutnya. Selanjutnya, melakukan doa bersama sebagai tanda kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi telah selesai dilaksanakan.

Hasil LKPD menunjukkan bahwa peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, sebagian besar dapat mengenali kelebihan dan kekurangan yang ada dalam dirinya. Peserta didik dapat mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi pemahaman diri, yaitu faktor internal (dari dalam diri) dan faktor eksternal (dari lingkungan).

Pada perubahan fisik dan psikis, sebagian besar peserta didik dapat mengetahui perubahan fisik yang terjadi pada diri, seperti berat badan meningkat dan perubahan pada tinggi badan, serta mulai timbul jerawat. Sedangkan pada perubahan psikis, peserta didik mengalami perubahan perasaan, seperti emosi dan mulai timbul perasaan untuk menyukai lawan jenis.

Pada materi minat dan bakat, sebagian besar peserta didik dapat mengenali bakat dan minatnya. Peserta didik menyukai olahraga sesuai dengan hobinya. Selain itu, peserta didik juga dapat mengetahui kemampuan bakat yang dimiliki, seperti olahraga bola voli.

Pada materi cita-cita, sebagian besar peserta didik dapat mengetahui pengertian cita-cita. Peserta didik juga mempunyai cita-cita yang ingin dicapai. Selain itu, peserta didik dapat mengetahui cara untuk meraih cita-cita yang ingin dicapai.

Pada materi kebutuhan pokok dan gaya hidup, sebagian besar peserta didik dapat mengetahui pengertian kebutuhan pokok dan gaya hidup. Peserta didik mengetahui kebutuhan pokok, seperti: makan, minum, sekolah, dan kasih sayang orangtua. Selain itu, peserta didik juga mengetahui gaya hidupnya, seperti memilih gaya hidup sederhana seperti latar belakang keluarganya.

Berdasarkan hasil LKPD yang telah diberikan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, dapat disimpulkan bahwa peserta didik dapat mengetahui tentang pemahaman diri. Peserta didik dapat mengenali kelebihan dan kelemahan yang terdapat dalam dirinya. Peserta didik mengalami perubahan fisik dan psikis. Peserta didik juga dapat mengenali bakat dan minatnya terhadap suatu hal atau kegiatan. Sebagian besar peserta didik memiliki cita-cita dan dapat mengetahui cara untuk meraihnya. Selain itu, peserta didik mempunyai kebutuhan pokok seperti

pada umumnya dan memiliki gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarga.

3. Tahap Penilaian

Pada tahap penilaian dilakukan dengan diadakan evaluasi menggunakan instrumen Laiseg terkait topik pemanahaman diri peserta didik, yaitu: 1) bakat dan minat; 2) remaja dengan perubahan fisik, serta psikis; 3) pemahaman diri; 4) menggapai cita-cita; dan 5) gaya hidup dan kebutuhan pokok.

Pada pertemuan pertama topik yang dibahas, yaitu bakat dan minat, menunjukkan bahwa peserta didik memperoleh pemahaman baru mengenai bakat dan minat. Peserta didik merasa senang dan tertarik mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Peserta didik dapat mengetahui bakat dan minat melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Keuntungan yang diperoleh peserta didik setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu mendapat ilmu, memahami bakat dan minat, serta mendapatkan pengalaman terkait bakat dan minat.

Pada pertemuan kedua, topik yang dibahas, yaitu remaja dengan perubahan fisik, serta psikis, menunjukkan bahwa peserta didik mengetahui pengertian remaja dan perubahan yang terjadi pada remaja. Peserta didik merasa bahagia dan senang karena mendapatkan ilmu yang bermanfaat. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, peserta didik mengetahui perubahan psikis dan fisik pada remaja.

Keuntungan yang diperoleh peserta didik dalam mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu mendapatkan pengetahuan dan pengalaman baru.

Pada pertemuan ketiga, topik yang dibahas yaitu pemahaman diri, menunjukkan bahwa peserta didik dapat memahami materi pemahaman diri, tujuan, dan faktor yang memengaruhinya. Peserta didik merasa bahagia dan senang. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, peserta didik dapat menggali kemampuan diri sendiri. Keuntungan yang diperoleh peserta didik dalam mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu mampu mengenali diri sendiri, meliputi: kelebihan dan kekurangan diri.

Pada pertemuan keempat, topik yang dibahas yaitu menggapai cita-cita, menunjukkan bahwa peserta didik dapat mengetahui dan memahami cita-cita pada diri sendiri. Peserta didik merasa senang, asik, seru, dan tertarik mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, peserta didik dapat mengetahui cara menggapai cita-cita sesuai dengan keinginan. Keuntungan yang diperoleh peserta didik dalam mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu mendapatkan ilmu dan pemahaman tentang cita-cita.

Pada pertemuan kelima, topik yang dibahas yaitu gaya hidup dan kebutuhan pokok, menunjukkan bahwa peserta didik dapat mengetahui dan memahami gaya hidup dan kebutuhan pokok. Peserta didik merasa senang,

asik, seru, dan tertarik mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terkait gaya hidup dan kebutuhan pokok. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, peserta didik dapat mengetahui dan memahami gaya hidup yang dipilihnya dan kebutuhan pokok. Keuntungan yang diperoleh peserta didik dalam mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yaitu mendapatkan ilmu dan pemahaman tentang gaya hidup yang dipilihnya, selain itu peserta didik dapat memahami kebutuhan pokok sesuai dengan latar belakang orangtuanya.

Penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat terlaksana dengan baik. Akan tetapi, terdapat beberapa kendala yang dihadapi, yaitu peserta didik masih merasa canggung dalam mengungkapkan masalah yang dihadapinya dan kesulitan dalam mengkondisikan peserta didik ketika diskusi berlangsung. Setelah memberikan pemahaman dan memberikan contoh permasalahan, membuat peserta didik lebih berani dalam mengungkapkan masalah yang dihadapinya.

Hasil *pre-test* yang telah dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 71% dalam kategori baik. Pada aspek I Fisik, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 71% dalam kategori baik. Hasil ini menunjukkan bahwa peserta didik mengenali kondisi tubuhnya dengan sangat baik. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik tidak begitu peduli dengan bentuk tubuhnya. Peserta didik dapat menggunakan anggota tubuh sesuai dengan fungsinya dengan baik. Akan tetapi, peserta didik masih merasa canggung dalam bergaul

dengan teman lainnya karena fisik yang dimiliki. Peserta didik dapat menggunakan keterbatasan tubuh sesuai fungsinya dengan baik. Akan tetapi, peserta didik masih kurang percaya diri dengan keterbatasan fisik yang dimilikinya. Terdapat beberapa peserta didik yang memiliki keterbatasan fisik yang menyebabkan kurangnya rasa percaya diri. Hal tersebut, dapat menghambat peningkatan pemahaman diri bagi peserta didik.

Pada aspek II Psikis, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 75% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik dapat bercanda dengan teman tanpa harus menyinggung perasaan. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik tidak tau apa yang membuat diri merasa cemas. Peserta didik dapat menyelesaikan suatu hal dengan baik tanpa harus mengeluh. Selain itu, sebagian kecil peserta didik tidak memperlakukan jika ditolak oleh teman. Peserta didik terampil mengambil suatu keputusan dengan baik. Akan tetapi, sebagian besar peserta didik merasa sulit mengenali perasannya.

Pada aspek III Minat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 72% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik mengikuti kegiatan sesuai dengan hobinya dengan baik. Akan tetapi, peserta didik tidak begitu peduli dengan kegiatan di sekitarnya. Peserta didik menyukai suatu hal yang bermanfaat. Selain itu, peserta didik memilih ekstrakurikuler yang diikuti banyak teman dekatnya. Peserta didik sebagian besar memiliki minat terhadap suatu kegiatan sesuai dengan hobi dan kegiatan yang bermanfaat, serta diikuti oleh teman dekat.

Pada aspek IV Bakat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 68% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik mengetahui kemampuan yang dimilikinya dengan baik. Akan tetapi, sebagian besar peserta didik tidak mengetahui keunggulan dari dirinya. Peserta didik dapat mengembangkan bakat karena didukung dari orangtua. Akan tetapi, sebagian besar peserta didik tidak ada waktu untuk mengembangkan bakatnya. Peserta didik mempunyai kegiatan untuk menyalurkan bakat yang dimilikinya dengan baik. Akan tetapi, sebagian besar peserta didik kurang terampil dalam hal apapun.

Pada aspek V Cita-cita, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 74% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik mempunyai cita-cita yang ingin diwujudkan. Akan tetapi, sebagian besar peserta didik tidak peduli dengan cita-cita. Peserta didik dapat menyusun rencana nyata untuk mencapai impian. Selain itu, peserta didik dituntut untuk meraih impian oleh orangtuanya.

Pada aspek VI Kebutuhan pokok, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 70% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik mendapatkan kasih sayang dari kedua orangtuanya. Akan tetapi, sebagian besar peserta didik tidak mendapatkan nasihat ketika melakukan kenakalan. Peserta didik dapat mengenali tubuhnya ketika sudah lelah. Akan tetapi, peserta didik tidak peduli dengan gizi makanan yang dikonsumsinya.

Pada aspek VII Gaya hidup, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 68% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik memiliki

gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarganya. Sebagian kecil peserta didik memiliki gaya konsumtif yang menghabiskan banyak uang. Peserta didik juga memiliki gaya hidup sesuai dengan keterampilan yang dimiliki. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik mempunyai gaya hidup yang tidak sehat, seperti bergadang.

Berdasarkan data hasil *pre-test* yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, dapat disimpulkan bahwa pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan berada dalam kategori baik. Hal tersebut disebabkan karena sebagian kecil peserta didik dapat memahami diri sendiri baik secara baik fisik, psikis, minat terhadap suatu kegiatan, bakat yang dimiliki, cita-cita, kebutuhan pokok, serta gaya hidup.

Hasil *post-test* yang dilakukan peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 81% dalam kategori sangat baik. Pada aspek I Fisik, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 81% dalam kategori sangat baik. Hasil ini menunjukkan bahwa peserta didik mengenali kondisi tubuhnya dengan sangat baik. Akan tetapi, sebagian besar peserta didik tidak begitu peduli dengan bentuk tubuhnya. Peserta didik dapat menggunakan anggota tubuh sesuai dengan fungsinya dengan baik. Selain itu, peserta didik tidak merasa canggung dalam bergaul dengan teman lainnya karena fisik yang dimiliki. Sebagian kecil peserta didik masih kurang percaya diri dengan keterbatasan fisik yang dimilikinya.

Pada aspek II Psikis, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 84% dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik dapat

bercanda dengan teman tanpa harus menyinggung perasaan. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik tidak tau apa yang membuat diri merasa cemas. Peserta didik dapat menyelesaikan suatu hal dengan baik tanpa harus mengeluh. Selain itu, peserta didik terampil mengambil suatu keputusan dengan baik.

Pada aspek III Minat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 87% dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik mengikuti kegiatan sesuai dengan hobinya dengan sangat baik. Peserta didik menyukai suatu hal yang bermanfaat. Selain itu, peserta didik memilih ekskul yang diikuti banyak teman dekatnya.

Pada aspek IV Bakat, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 77% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik mengetahui kemampuan yang dimilikinya dengan sangat baik. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik tidak mengetahui keunggulan dari dirinya. Peserta didik dapat mengembangkan bakat karena didukung dari orangtua. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik kurang terampil dalam hal apapun.

Pada aspek V Cita-cita, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 90% dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik dapat menyusun rencana nyata untuk mencapai impian dengan sangat baik. Selain itu, peserta didik dituntut untuk meraih impian oleh orangtuanya.

Pada aspek VI Kebutuhan pokok, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 72% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian kecil peserta didik tidak mendapatkan nasihat ketika melakukan kenakalan. Peserta

didik dapat mengenali tubuhnya ketika sudah lelah. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik tidak peduli dengan gizi makanan yang dikonsumsinya.

Pada aspek VII Gaya hidup, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 80% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarganya. Sebagian besar peserta didik juga memiliki gaya hidup sesuai dengan keterampilan yang dimiliki. Akan tetapi, sebagian kecil peserta didik mempunyai gaya hidup yang tidak sehat, seperti bergadang.

Berdasarkan data hasil *post-test* yang dilakukan kepada peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan, dapat disimpulkan bahwa pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan mengalami peningkatan setelah mendapatkan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dan berada dalam kategori sangat baik. Hal tersebut disebabkan karena sebagian besar peserta didik dapat memahami diri sendiri baik secara baik fisik dan psikis. Peserta didik mempunyai minat terhadap suatu kegiatan, mengetahui bakat yang dimiliki, mempunyai cita-cita, mengetahui kebutuhan pokok, serta dapat memilih gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarga.

Pemahaman diri peserta didik adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi diri yang mencakup ranah minat, abilitas, kepribadian, nilai, dan sikap. Peserta didik yang mampu memahami diri lebih dimungkinkan untuk mencapai tujuannya dibandingkan dengan peserta didik yang belum mampu memahami diri. Hal ini dikarenakan peserta didik sudah mengetahui

kemampuan, minat, kepribadian, dan tujuan hidup, dimana peserta didik memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensinya (Hartono,2011:6).

Hasil uji hipotesis dilakukan dengan uji *paired* sampel *t-test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Peningkatan nilai rata-rata *mean pre-test* sebesar 71,16 menjadi rata-rata *mean post-test* sebesar 80,84, maka diperoleh peningkatan rata-rata *mean* sebesar 9,687 atau 10%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat meningkatkan pemahaman diri peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan. Peserta didik dapat meningkatkan pemahaman diri baik secara fisik, psikis, mempunyai minat pada suatu kegiatan, mengetahui bakat yang dimiliki, mempunyai cita-cita, mengetahui kebutuhan pokok, serta dapat memilih gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarga.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rabiah (2015) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pemahaman diri siswa sebelum dan sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok. Setelah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok terhadap pemahaman diri siswa *boarding school* kelas X SMK Kehutanan Negeri Pekanbaru mengalami peningkatan sebesar 12%.

Selain itu, hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Adhani (2017) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan pemahaman diri siswa dengan motivasi belajar

rendah. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara pemahaman motivasi belajar sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan. Hasil peningkatan rata-rata skor setelah diberikan perlakuan pada *mean pretest* 59,9 menjadi 97,6 pada *mean posttest* dengan selisih 37,7 dan nilai signifikansi $0,012 < 0,05$ dengan demikian menyatakan bahwa hipotesis diterima.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Implementasi bimbingan kelompok dengan teknik diskusi pada peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 6 Pekalongan, dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu: 1) perencanaan; 2) pelaksanaan; dan 3) penilaian. Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, dilakukan sebanyak lima kali pertemuan dengan waktu 1x45 menit pada tiap pertemuan. Pertemuan pertama membahas topik bakat dan minat. Pertemuan kedua membahas topik remaja dan perubahan fisik, serta psikis. Pertemuan ketiga membahas topik pemahaman diri. Pertemuan keempat membahas topik menggapai cita-cita. Pertemuan kelima membahas topik gaya hidup dan kebutuhan pokok.

Penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat terlaksana dengan baik. Akan tetapi, terdapat beberapa kendala yang dihadapi, yaitu peserta didik masih merasa canggung dalam mengungkapkan masalah yang dihadapinya dan kesulitan dalam mengkondisikan peserta didik ketika diskusi berlangsung. Setelah memberikan pemahaman dan memberikan contoh permasalahan, peserta didik lebih berani dalam mengungkapkan masalah yang dihadapinya dan pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi berlangsung lebih kondusif.

Hasil uji hipotesis dilakukan dengan uji *paired* sampel *t-test*, diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi

bimbingan kelompok teknik diskusi. Peningkatan nilai rata-rata *mean pre-test* sebesar 71,16 menjadi rata-rata *mean post-test* sebesar 80,84, maka diperoleh peningkatan rata-rata *mean* sebesar 9,687 atau 10%. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 6 Pekalongan melalui implementasi bimbingan kelompok teknik diskusi. Peningkatan pemahaman diri peserta didik melalui perbedaan rata-rata *mean* sebesar 10%.

B. Saran

1. Bagi Peserta Didik

Peserta didik kelas VIIIB SMP Negeri 6 Pekalongan, hendaknya lebih giat dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, guna meningkatkan pemahaman diri yang nantinya dapat bermanfaat untuk diri sendiri dan orang lain.

2. Bagi Guru BK

Guru BK hendaknya lebih kreatif dan inovatif dalam memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi guna meningkatkan pemahaman diri peserta didik.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan referensi bagi peneliti lain, serta kajian ilmu yang nantinya bermanfaat bagi orang lain. Hasil penelitian ini dapat dilanjutkan oleh peneliti lain dengan layanan dan teknik yang lebih kreatif dan inovatif.

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian ini dilakukan di satu kelas dengan jumlah siswa yang sedikit, sehingga analisis data yang terkumpul kurang maksimal. Selain itu, terdapat kesulitan dalam mengkondisikan peserta didik ketika melakukan kegiatan diskusi kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhani, Istika. 2019. *Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa Dengan Motivasi Belajar Rendah (Penelitian Pada Siswa Kelas IV SDN Kalegen 1 Kecamatan Bandongan Kabupaten Magelang)*. Skripsi. Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Amin, Nur Syariful. 2019. *Pengaruh Pemahaman Diri Terhadap Sikap Mandiri Siswa Pada SMP Negeri 3 Monta*. *Jurnal Guiding World*, Vol.2, No.2 November 2019. ISSN:2614-3585.
- Anindya, Dini Atika Putri. 2021. *Penggunaan Teknik Sosiodrama Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa SMA*. *Prosiding Seminar dan Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling 2021*. Surabaya: Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- Anjanisari, Puput Tri. 2013. *Peningkatan Pemahaman Diri Melalui Model Permainan Johari Window Siswa Kelas X AK 3 SMK Sore Kota Madiun Tahun Pelajaran 2012/2013*. Artikel. Madiun: IKIP PGRI Madiun.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Astuti, Dwi. 2015. *Pengaruh Layanan Bimbingan Pribadi dan Layanan Bimbingan Karir Terhadap Pemahaman Diri Siswa*. *Jurnal Educatio Vitae*, Vol.2, No.1 tahun 2015.
- Destriana, Megita. 2017. *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII di MTsN 2 Bandar Lampung*. Skripsi. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Hartono, 2011. *Hubungan Antara Pemahaman Diri Dengan Kepercayaan Diri Siswa di SMP Pawayatan Daha 2 Kediri Tahun Ajaran 2016-2017*. *Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Nusantara PGRI Kediri*, Vol. 01 No. 01, hal 1-12.
- Hasibuan, Anggi Parlina. 2020. *Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 01 Medan Tahun Pembelajaran 2019/2020*. Skripsi. Medan: Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

- Kuseni, Ahmad. 2014. *Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Mind Mapping Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa Kelas VIIIC SMP Darussalam Baureno Bojonegoro*. Artikel. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Maksun, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Marita. 2012. *Pemahaman diri*. Artikel. Diunggah Selasa, 20 November 2012. Diakses 20 Juli 2022. <http://maritayin.blogspot.com/2012/11/pemahaman-diri.html>.
- Masdudi. 2015. *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*. Cirebon: Nurjati Press.
- Mutiasari, Ana. 2021. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi dalam Meningkatkan Perencanaan Karier Peserta Didik Kelas XII SMK Muhammadiyah Tumijajar*. Skripsi. Lampung: Universitas Islam Raden Intan Lampung.
- Nasution dan Abdilah. 2019. *Bimbingan Konseling “Konsep, Teori, dan Aplikasinya”*. Medan: LPPPI.
- Noveriansyah. 2017. *Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik di SMP Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018*. Skripsi. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Oktaviani, Diana. 2015. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Siswa di SMA Negeri Kerjo Kabupaten Karanganyar Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Pulungan, Yusna Khairani. 2018. *Pelaksanaan Layanan Informasi Dalam Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa Kelas X-2 di Madrasah Aliyah Laboratorium UIN SU MEDAN Ajaran 2017/2018*. Skripsi. Medan: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Rabiah, Gustina. 2015. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Pemahaman Diri Siswa Boarding School Kelas X SMK Kehutanan Negeri Pekanbaru Tahun Ajaran 2014/2015*. Artikel. Riau: Universitas Riau.
- Sadona, Ellafal. 2021. *Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Sikap Toleransi Antar Siswa di SMAN 1 Bangkinang Kota*. Pekanbaru: Universitas Islam Negeri Syarif Kasim Riau.

- Santoso, Singgih. 2018. *Menguasai Statistik dengan SPSS 25*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Sari, Yuliana. 2019. *Korelasi Antara Pemahaman Diri Dengan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Pangundi Luhur Bandar Lampung*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Sugiyatno. 2022. *Standar Kompetensi Kemandirian (SKK)*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Wicaksono, Sidho Hari. 2018. *Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Kelas XI-IPA SMA Negeri 1 Sooko Ponorogo Tahun Pelajaran 2017/2018*. Skripsi. Ponorogo: Institut Agama Islam Negeri Ponorogo.
- Wirawan, Rahmad Adi dan Muh. Zainurrah Rahman. 2018. *Hubungan Antara Pemahaman Diri dengan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas VIII SMP*. *Jurnal Kajian Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*. Vol.6, No.3 September 2018. Hal.7-13. ISSN: 2339-2835.
- Yasmin, Zawani. 2016. *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Komunikasi Teman Sebaya di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2015/2016*. Skripsi. Medan: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Penelitian Universitas PGRI Semarang



UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN (FIP)
 Jalan Sidodadi Timur No. 24 - Dr. Cipto Semarang - Indonesia
 Telepon (024) 8316377 Faks. 8448217 Email: upgrisng@gmail.com Homepage: www.upgrisng.ac.id

Nomor : 0938/IP-AM/FIP/U/PGRI/IX/2022 07 September 2022
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Yth. Kepala SMP Negeri 6 Pekalongan
 di Pekalongan

Kami beritabukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami :

N a m a : Arifianto Astri Nugroho
 N P M : 18110094
 Fakultas : Ilmu Pendidikan
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Akan mengadakan penelitian dengan judul :

**IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DALAM
 MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP
 NEGERI 6 PEKALONGAN**

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon perkenan Bapak/Ibu memberikan ijin mahasiswa tersebut untuk melakukan Ijin Penelitian.

Atas perkenan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.


 An Dekan,
 Dekan I,

 Mei Pita Asri Untari, S.Pd. M.Pd.
 NPP 098401240

Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian SMP Negeri 6 Pekalongan



PEMERINTAH KOTA PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 6 PEKALONGAN

Jalan RA Kartini No. 36 ☎ (0285) 423794 Pekalongan 51128
Website : smpn6pekalongan.sch.id/ Email : smpnegeri6pekalongan@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 420 / 241

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : QURRATIANI, S.Si
NIP : 197301052000032006
Jabatan : Kepala SMP Negeri 6 Pekalongan

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : ARIFianto ASTRI NUGROHO
Status : Mahasiswa
NIM : 18110094
Fakultas / Jurusan : FIP / Fakultas Ilmu Pendidikan
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Tahun Akademik : 2018 / 2019

Bahwa nama tersebut di atas adalah mahasiswa pada Universitas PGRI Semarang benar-benar telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 6 Pekalongan dari tanggal 5 September 2022 s.d. 3 Oktober 2022 dengan judul :

“ IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI DALAM MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN “

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 3 Oktober 2022
Kepala Sekolah

QURRATIANI, S.Si
NIP. 197301052000032006



Lampiran 3 Daftar Nama Peserta Didik Kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan

DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 6 PEKALONGAN
JL. RA KARTINI NO.36 PEKALONGAN

DAFTAR KELAS 8 B
TAHUN PELAJARAN 2022 / 2023

Mata Pelajaran :

No.	No. Induk	Nama	Nilai
1	21.10622	ADINDA YUNIAR RATNA • ✓	
2	21.10454	ADITYA ANDIKA CATUR PRIYADI	
3	21.10455	AISYAH DWI LESTARI	
4	21.10523	AKBAR SAKTI ABDHIGUNA ✓	
5	21.10627	ALYA ADRIANA •	
6	21.10630	ASY SYIFA AZZAHRA	
7	21.10458	ATHIYYA RIHADATUL AISY • ✓	
8	21.10562	BAGAS ABDUL ROZAK	
9	21.10594	DINA RAMADHANI •	
10	21.10493	EZY KURNIA SAPUTRA	
11	21.10637	FITRA MOHAMAD HAMAN •	
12	21.10598	HANIF DHARMA WICAKSONO MULYOTO ✓	
13	21.10572	HUDSANINDRA YUNANTO	
14	21.10431	ISFAH LUNA	
15	21.10464	KEISHYA CAROLINA • ✓	
16	21.10640	LIA KHIKMATUL MAULA • ✓	
17	21.10503	M. ARFIS ATANSYAH	
18	21.10505	MUHAMMAD PUTRA PURWONO ✓	
19	21.10607	MUHAMMAD REZA PAHLEVI	
20	21.10544	MUHAMMAD SYARIFUDIN	
21	21.10548	NAURA FADYA CAMELIA	
22	21.10476	PUTRI THALITA TSABITA	
23	21.10647	RAFA ADITYA RAMADHANI	
24	21.10648	RAMA BHAITA SAMODRA	
25	21.10614	RANNAN RASANDRIYA	
26	21.10550	REFALEA DWI ARINI	
27	21.10616	RIVALLIANO DIMAS ANGGORO •	
28	21.10551	SAILLA MAULANURIZQI •	
29	21.10516	SALVIA RESWARA DEWI •	
30	21.10447	SATRIA ARYA ARDIANSYAH • ✓	
31	21.10653	WAHYU MAHESA SAPUTRA	
32	21.10520	ZHAFRAN ABYANRAUF PRATAMA •	
33			
34			

L : 18
P : 14
JUM : 32

Wali Kelas :
Dra. Ika Yulia Nurilawati

Lampiran 4 Rencana Pelaksanaan Layanan



PEMERINTAH KOTA PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 6 PEKALONGAN
Jalan RA. Kartini No. 36 ☎ (0285) 423794 Pekalongan 51128

Website : smpn6pekalongan.sch.id/ Email : smpnegeri6pekalongan@gmail.com

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Pemahaman Diri
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli memahami diri sendiri serta menerima perkembangan fisik dan psikis awal remaja serta dapat hidup penuh percaya diri
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik/konseli dapat memahami serta mengenal diri sendiri 2. Peserta didik/konseli dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan 3. Peserta didik/konseli dapat hidup penuh percaya diri
G	Sasaran Layanan	Kelas 8
H	Materi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian Pemahaman Diri (Menurut Hartono, Anjanisari) 2. Tujuan Pemahaman Diri (Menurut Sari) 3. Aspek-aspek Pemahaman Diri (Menurut Marita) 4. Faktor yang mempengaruhi pemahaman diri (Menurut Slameto dalam Wirawan, Sardiman(dalam Wirawan))
I	Waktu	2 Kali Pertemuan x 45 Menit
j	Sumber Materi	1. Anjanisari, Puput Tri. 2013. <i>Peningkatan Pemahaman Diri Melalui Model Permainan Johari Window Siswa Kelas X AK 3 SMK Sore Kota Madiun Tahun Pelajaran 2012/2013. Artikel. Madiun: IKIP PGRI Madiun</i>

		<p>2. Hartono, 2011. <i>Hubungan Antara Pemahaman Diri Dengan Kepercayaan Diri Siswa di SMP Pawyatan Daha 2 Kediri Tahun Ajaran 2016-2017. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Nusantara PGRI Kediri, Vol. 01 No. 01, hal 1-12.</i></p> <p>3. Sari, Yuliana. 2019. <i>Korelasi Antara Pemahaman Diri Dengan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII SMP Pangundi Luhur Bandar Lampung. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung</i></p> <p>4. Marita. 2012. <i>Pemahaman diri. Artikel. Diunggah Selasa, 20 November 2012. Diakses 20 Juli 2022. http://maritayin.blogspot.com/2012/11/pemahaman-diri.html.</i></p> <p>5. Wirawan, Rahmad Adi dan Muh. Zainurrah Rahman. 2018. <i>Hubungan Antara Pemahaman Diri dengan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas VIII SMP. Jurnal Kajian Penelitian dan Pengembangan Pendidikan. Vol.6, No.3 September 2018. Hal.7-13. ISSN: 2339-2835.</i></p>
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
L	Media / Alat	LCD, Power Point, Pemahaman diri sendiri
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	<p>1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa</p> <p>2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)</p> <p>3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai</p>
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<p>1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</p> <p>2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</p>
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan

	d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	a. Kegiatan peserta didik	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video) 2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat 3. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing 4. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapi, dan seterusnya bergantian sampai selesai.
	b. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 2. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat 3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok) 4. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok) 5. Menjelaskan cara mengerjakan tugas 6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik 7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan
	3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah

		<p>disiapkan, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
--	--	--

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa

Mengetahui

Kepala Sekolah SMP N 6 Pekalongan

Guru BK

Qurratiani, S.Si
NIP 197301052000032006

Eman Migania Desy T, S.Pd
NIP 1981120620222212011

Lampiran 1. Uraian Materi

PEMAHAMAN DIRI (MENGENAL DIRI SENDIRI)

1. Pengertian Pemahaman Diri

Pemahaman diri merupakan aspek yang sangat penting untuk diketahui oleh individu usia remaja dalam membantu pembentukan identitas diri remaja dan mencapai kematangan karier (Anjanisari, 2013:2). Menurut Hartono (2011:6) menjelaskan pemahaman diri peserta didik adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi diri yang mencakup ranah minat, abilitas, kepribadian, nilai, dan sikap. Pengenalan peserta didik atas pribadinya sendiri mencakup dua sisi, yaitu pengenalan peserta didik atas keunggulan dan pengenalan peserta didik atas kekurangannya. Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan pemahaman diri merupakan gambaran kognitif individu mengenai dirinya (potensi, kelebihan maupun kekurangan), isi dari konsepsi diri individu, dan pemahaman mengenai dirinya baik yang disadari maupun yang tidak disadari.

2. Tujuan Pemahaman Diri

Tujuan pemahaman diri adalah membantu individu dalam memahami dirinya, nilai-nilai keperibadian dan kemampuan emosionalnya dalam rangka memahami diri dalam kaitannya dengan upaya pengembangan kematangannya dalam menghadapi berbagai tantangan hidup (Sari, 2019:16). Berdasarkan tujuan diatas bahwa tujuan pemahaman diri adalah membantu individu dalam memahami dirinya, nilai-nilai kepribadian dan kemampuan emosionalnya dalam rangka memahami diri dalam kaitannya dengan upaya pengembangan kematangannya dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

3. Aspek - Aspek pemahaman Diri

Aspek-aspek yang harus dipahami individu (Marita, 2012:1), yaitu sebagai berikut:

- 8) Aspek fisik, yaitu seluruh anggota badan individu termasuk bagian-bagiannya. Artinya individu harus mengenali dan memahami kondisi jasmaniahnya dengan segala potensinya. Misalnya, apakah kondisi jasmaniah individu dalam keadaan normal atau tidak. Hal ini penting agar individu mampu mengambil keputusan dengan tepat dan mampu menyikapi hidup ini dengan benar.
- 9) Aspek psikis, yaitu berhubungan dengan kondisi kejiwaan individu. Misalnya, bagaimana kecerdasan individu dan bagaimana emosi yang dimiliki individu. Sehingga, individu mampu menyikapi pilihan karir dan masa depan, serta mampu menempatkan dirinya dalam berhubungan dengan orang lain.
- 10) Aspek minat, yaitu rasa tertarik yang kuat terhadap objek tertentu. Hal ini penting untuk dipahami individu, karena dengan adanya minat yang kuat terhadap objek pilihannya, maka prestasi yang diharapkan akan mudah tercapai. Oleh karena itu, perlu penanaman minat terhadap individu terhadap berbagai objek yang positif, sehingga timbul rasa menyenangkan objek dengan tingkat motivasi yang tinggi.
- 11) Aspek bakat, yaitu kemampuan yang dibawa oleh individu sejak lahir dan bersifat menurun (genetik). Pentingnya individu memahami bakat agar individu mampu mengembangkan diri secara optimal. Bakat akan cepat berkembang dengan baik apabila ditunjang dengan sarana dan prasarana. Oleh karena itu, peran orang tua dan masyarakat dapat dilakukan dengan memberikan wadah penyaluran bakat-bakat, sehingga memunculkan dan mengembangkan bakat yang dimiliki individu.
- 12) Aspek cita-cita, yaitu gambaran diri yang ada pada diri seseorang. Misalnya, individu ingin menjadi TNI/POLRI, maka individu harus memahami apakah dirinya sudah memiliki potret diri menjadi TNI/POLRI. Sudah tergambar secara keseluruhan dalam diri individu kriteria dan syarat-syarat yang mutlak harus

dipenuhi agar bisa menjadi TNI/POLRI. Hal ini penting untuk dipahami dengan cermat gambaran dirinya, sehingga individu benar-benar mampu memilih karir sesuai dengan cita-citanya.

- 13) Aspek kebutuhan pokok, yaitu kebutuhan pokok seperti yang diinginkan dalam menjalani kehidupan. Misalnya: makan, minum, keamanan, kasih sayang, rekreasi, aktualisasi diri, dan sosialisasi.
 - 14) Aspek gaya hidup, yaitu gaya hidup yang diinginkan oleh masing-masing individu berbeda. Misalnya, individu ingin bergaya hidup elit, bergaya hidup sederhana, serta bergaya hidup biasa-biasa saja. Oleh karena itu, gaya hidup perlu dipahami dengan benar. Individu hendaknya menyesuaikan dengan kemampuannya, sehingga dalam menyikapi hidup tidak diperbudak oleh hawa nafsu. Keterampilan, kerja keras, pengalaman akan mempermudah untuk memutuskan gaya hidup individu.
4. Faktor yang mempengaruhi pemahaman diri
- Faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman diri (Slameto dalam Wirawan, 2018:8) adalah sebagai berikut:
- 3) Faktor-faktor internal: jasmaniah (kesehatan, cacat tubuh), psikologis (intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, kesiapan, kelelahan).
 - 4) Faktor-faktor eksternal: keluarga (cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua, latar belakang kebudayaan), sekolah (metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, waktu sekolah, standar pelajaran di atas ukuran, keadaan gedung, metode pemahaman diri, tugas rumah), masyarakat (kegiatan siswa dalam masyarakat, media massa, teman bergaul, bentuk kehidupan masyarakat).

Sardiman (dalam Wirawan, 2018:8) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman diri adalah faktor internal (dari dalam) diri

siswa dan faktor eksternal (dari luar) diri siswa. Berkaitan dengan faktor dari dalam diri siswa, selain faktor kemampuan, ada juga faktor lain yaitu motivasi, minat, perhatian, sikap, kebiasaan pemahaman diri, ketekunan, kondisi sosial ekonomi, kondisi fisik dan psikis. Kehadiran faktor psikologis dalam pemahaman diri akan memberikan andil yang cukup penting.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi pemahaman diri siswa, yaitu faktor internal (dari dalam) diri siswa dan faktor eksternal (dari luar) diri siswa.

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
(LKPD)**

A. Identitas Peserta Didik

Nama Peserta Didik : Aisyah pwi lestari
Kelas : VIII B
Hari/Tanggal :
Materi : pemahaman diri

B. Latihan

1. Apa yang dimaksud pemahaman diri?

Dapat mengenali kelebihan dan kekurangan dalam diri sendiri.

2. Bagaimana faktor-faktor yang memengaruhi pemahaman diri?

Faktornya dari diri sendiri dan lingkungan.

3. Apakah Anda dapat memahami diri sendiri?

Iya,



PEMERINTAH KOTA PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 6 PEKALONGAN
Jalan RA. Kartini No. 36 ☎ (0285) 423794 Pekalongan 51128

Website : smpn6pekalongan.sch.id/ Email : smpnegeri6pekalongan@gmail.com

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Masa Remaja dan Perubahannya
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli memiliki sikap positif terhadap perubahan fisik, psikis, mental dan sosial yang terjadi pada dirinya
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> 2. Peserta didik/konseli dapat memahami bahwa dirinya akan masuk masa remaja 3. Peserta didik/konseli dapat memahami pubertas, dan perubahan fisik, psikis, mental dan sosial 4. Peserta didik/konseli memahami perubahan tanggung jawab keagamaan
G	Sasaran Layanan	Kelas 7
H	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aku sudah remaja ! 2. Perubahan fisik 3. Perubahan psikis 4. Perubahan mental 5. Perubahan sosial 6. Perubahan tanggung jawab
I	Waktu	1 Kali Pertemuan x 45 Menit
J	Sumber Materi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMP-MTs kelas 7</i>, Yogyakarta, Paramitra Publishing 2. Hutagalung, Ronal. 2015. <i>Ternyata Berprestasi Itu Mudah</i>. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama 3. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang pribadi</i>, Yogyakarta, Paramitra 4. Eliasa Imania Eva, Suwarjo.2011. <i>Permainan (games) dalam Bimbingan dan Konseling</i>. Yogyakarta: Paramitra

K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
L	Media / Alat	LCD, Power Point, Masa remaja dan permasalahannya
M	Pelaksanaan	
	Tahap	Uraian Kegiatan
	1. Tahap Awal / Pedahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking) 3. Menyampaikan tujuan layanan materi Bimbingan dan Konseling 4. Menanyakan kesiapan kepada peserta didik
	2. Tahap Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 2. Peserta didik mengamati slide pp yang berhubungan dengan materi layanan 3. Guru BK mengajak curah pendapat dan tanya jawab 4. Guru BK membagi kelas menjadi 4 kelompok, 1 kelompok 7-8 orang 5. Guru BK memberi tugas kepada masing-masing kelompok 6. Peserta didik mendiskusikan dengan kelompok masing-masing 7. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapi, dan seterusnya bergantian sampai selesai.
	3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan 2. Guru BK mengajak peserta didik untuk agar dapat menghadirkan Tuhan dalam hidupnya 3. Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang 4. Guru BK mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam
M	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan. 2. Sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Cara peserta didik memberikan penjelasan dari pertanyaan guru BK

	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Merasakan suasana pertemuan : menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan : mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
--	-------------------	---

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa

Pekalongan, September 2022

Mengetahui

Kepala Sekolah SMP N 6 PEKALONGAN

Guru BK

Qurratiani, S.Si
NIP 197301052000032006

Eman Migania Desy T, S.Pd
NIP 1981120620222212011

Lampiran 1. Uraian Materi

MASA REMAJA DAN PERUBAHANNYA

Aku Sudah Remaja !

Masa Remaja adalah periode yang unik dan khusus yang ditandai oleh perubahan tertentu dalam perkembangan manusia. Ketika memasuki masa remaja, pertumbuhan dan perkembangan kita akan berlangsung dengan cepat. Kita akan mengalami perubahan fisik dan psikis. Sekalipun demikian, perubahan ini berbeda antara individu yang satu dan yang lainnya. Salah satu faktor penentu perbedaan tersebut adalah perbedaan genetik dan lingkungan, seperti kesehatan, gizi dan kondisi emosional. Faktor genetik akan mempengaruhi kelenjar-kelenjar endokrin yang menghasilkan hormon-hormon tertentu. Gizi yang buruk pada masa kanak-kanak menyebabkan kurangnya produksi hormon pertumbuhan, sementara gangguan emosional mengakibatkan produksi hormon adrenal steroid berlebihan yang merugikan hormon pertumbuhan. Misalnya, jika pertumbuhan masa Remaja terganggu oleh penyakit, gizi yang buruk, atau ketegangan emosional yang lama, akan terjadi penundaan penyatuan tulang-tulang sehingga anak tidak dapat mencapai tinggi tubuh yang sempurna.

Para ahli psikologi menulis bahwa dalam kehidupan manusia ada beberapa rentang kehidupan yaitu :

1. Masa Prenatal : Saat dalam kandungan ibu
2. Masa Bayi : 0 th – 21 th
3. Masa Kanak-kanak : 2 th – 11 th
4. Masa Remaja : 11 th – 20 th
5. Masa Dewasa : 20 th – 40 th
6. Masa Setengah Baya : 40 th – 60 th
7. Masa Tua : 60 th ke atas

Siswa SMP yang rata-rata berusia antara 12 – 16 th adalah termasuk masa remaja, yaitu masa dimana seorang individu sedang tumbuh dan berkembang menuju kedewasaan. Pada masa ini akan ada beberapa perubahan yang dialami antara lain: perubahan fisik, perubahan psikis dan perubahan tanggung jawab keagamaan.

Puber atau pubertas

Kata pubertas berasal dari kata latin yang berarti “usia kedewasaan”. Elizabeth B. Hurlock dalam buku psikologi perkembangan menjelaskan bahwa pubertas merupakan masa yang mengawali masa remaja dan biasanya berlangsung secara singkat. Ia juga mengutip definisi masa puber yang dibuat oleh Root, yaitu suatu tahap dalam perkembangan manusia di mana terjadi kematangan alat-alat seksual dan reproduksi yang disertai dengan perubahan dalam pertumbuhan fisik dan psikologis

Dalam modul Kesehatan Reproduksi Remaja yang diterbitkan oleh BKKBN, dikatakan bahwa seseorang mulai memasuki masa puber pada usia 9 – 10 tahun dan berakhir pada usia sekitas 15 – 16 tahun.

Perubahan di masa puber, diantaranya :

1. Perubahan Fisik
2. Perubahan Psikis
3. Perubahan Mental
4. Perubahan Sosial

Perubahan Fisik

Perubahan fisik ini terjadi karena pada masa ini kelenjar yang ada di bawah otak mulai memproduksi hormon-hormon. Ciri-ciri yang tampak antara lain: perubahan ukuran tubuh yang mencolok, terutama tinggi dan berat badan, perubahan bentuk tubuh anak-anak ke arah bentuk tubuh dewasa, selain itu pada remaja putri ditandai dengan :

- Menstruasi,
- Payudara mulai membesar,
- Kulit halus dan suara menjadi “merdu”.
- Bentuk tubuh berlekuk (berbentuk)

Pada remaja laki-laki ditandai dengan :

- Otot menguat
- Tumbuh bulu di ketiak, muka (kumis, jangkut) dan sekitar kemaluan
- Di leher tumbuh jakun,
- Kulit dan rambut berminyak
- Mimpi basah, dan suara membesar.
- Penis dan buah zakar membesar
- Kadang-kadang produksi kelenjar keringat menjadi lebih banyak, mengeluarkan getah pada permukaan kulit, sehingga menyumbat pori-pori dan terjadilah jerawat.

Perubahan Psikis

Mulai bekerjanya hormon-hormon di dalam tubuh selain menyebabkan terjadinya perubahan fisik juga akan berpengaruh pada psikis, yaitu timbulnya suatu perasaan tidak tenang, suatu perasaan yang belum pernah dirasakan sebelumnya. Perubahan-perubahan psikis itu antara lain :

- a. Mulai Tertarik kepada lawan jenis. Hal ini biasanya menyebabkan perubahan pada perilaku remaja. Perubahan perilaku yang terjadi diantaranya sebagai berikut :

- Kecenderungan wanita untuk mempercantik diri
 - Kecenderungan pria untuk menunjukkan kejantannya.
 - Perubahan kejiwaan, seperti rendah diri, pemalu, cemas, bimbang dan salah tingkah laku bila menghadapi lawan jenis.
 - Lebih senang untuk berkumpul di luar rumah.
- b. Tingkah laku dan emosi yang tidak stabil, penuh kontradiksi, seperti :
- Suatu saat lemah lembut, tetapi pada saat lain kasa, judes, centil.
 - Mudah tersinggung, tetapi juga mudah gembira meluap-luap.
 - Punya aspirasi yang tinggi tetapi juga dorongan yang rendah
 - Ingin bebas tetapi juga butuh bimbingan
 - Ingin punya teman akrab tetapi kadang-kadang ingin menyendiri
- Hal-hal tersebut diatas disebabkan karena masa remaja adalah masa transisi/peralihan, masa mencari bentuk/identitas.
- c. Mudah terpengaruh, agresif
 - d. Suka mengkritik tanpa memperlihatkan diri lebih baik
 - e. Rasa solidaritas tinggi
 - f. Ingin terlihat menarik di depan lawan jenis
 - g. Rasa ingin tahu besar
 - h. Penghayatan religius, etik dan estetika berkembang lebih mendalam
 - i. Kurang pertimbangan dalam mengambil keputusan
 - j. Ingin menonjolkan diri
 - k. Kurang mampu mengendalikan emosi

Perubahan mental diantaranya :

1. Mampu berpikir analitis
2. Kekhawatiran tumbuh dewasa
3. Lebih Kreatif
4. Memiliki banyak ide dan gagasan menarik
5. Kekhawatiran akan perubahan fisik
6. Kekhawatiran perasaan orang lain terhadap diri sendiri

Perubahan Sosial, diantaranya :

1. Hubungan sosial lebih meluas, mencari teman yang sesuai dengan kesukaan, hobi, dll
2. Asertivitas Remaja
3. Ingin diakui, dihargai, diperhatikan dan diterima
4. Senang melakukan kegiatan bersama
5. Terbuka dalam mengungkapkan pendapat, ide, gagasan

Perubahan Tanggung Jawab Keagamaan

Menurut agama anak yang telah memasuki usia Remaja disebut “Dewasa” artinya akalinya sudah matang, sudah bisa membedakan antara yang baik dan buruk. Oleh karena itu seorang remaja sudah WAJIB melaksanakan perintah agama dan mempertanggung jawabkannya dihadapan Tuhan YME. Misal : beribadah, berbuat kebajikan. Terhadap perubahan-perubahan tersebut seorang remaja hendaklah menyadari dan mampu menyesuaikan diri. Perubahan yang positif digali dan dikembangkan sehingga lebih bermanfaat dan yang negatif dikurangi sehingga risikonya dapat diperkecil dan tidak merugikan diri sendiri atau orang lain. Dengan penerimaan secara positif diharapkan remaja dapat menyelesaikan tugas perkembangan remaja yaitu :

1. Bergaul lebih matang dengan teman sebaya, baik laki-laki maupun perempuan. Bergaul lebih matang artinya bersikap lebih dewasa, tidak cengeng, tidak egois, lebih memahami orang lain/diri sendiri, ramah, berpenampilan rapi, bersih dan mandiri.
2. Memahami peranan sosial sebagai pria dan wanita, contoh :
 - remaja putri di rumah membantu pekerjaan yang sesuai untuk perempuan, remaja laki-laki membantu pekerjaan yang sesuai untuk laki-laki.
 - Meningkatkan fungsi dan perannya dalam keluarga, baik sebagai anak, sebagai kakak atau adik. Begitu juga di masyarakat baik sebagai anggota masyarakat maupun anggota salah satu kegiatan kemasyarakatan (Karang Taruna, Remaja Masjid).
3. Menerima dan mensyukuri keadaan fisik diri sendiri dengan cara :
 - Menjaga dan melindungi tubuh secara efektif (mengganti pakaian dalam setiap pagi dan sore, membersihkan dan merawat badan dengan teratur).
 - Memperhatikan perubahan tubuh yang sedang dialami
 - Bertingkah laku sesuai kodrat yang dimiliki dan sesuai dengan norma/nilai-nilai yang berlaku di masyarakat.
 - Tidak minder, selalu percaya diri
4. Mempersiapkan diri ke arah suatu pekerjaan/karir
5. Mengembangkan keterampilan dan konsep hidup untuk masa depan

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
(LKPD)**

A. Identitas Peserta Didik

Nama Peserta Didik : Dina Ramadhani
 Kelas : VII B
 Hari/Tanggal :
 Materi : perubahan fisik dan psikis

B. Latihan

1. Jelaskan yang maksud perubahan fisik?

Perubahan yang terjadi secara fisik, misal berat badan, tinggi dan sebagainya.

2. Jelaskan yang dimaksud perubahan psikis?

Perubahan yang timbul karena suatu perasaan, misal tertarik dengan lawan jenis, emosi dalam diri.

3. Apakah Anda dapat memahami perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada diri Anda sendiri?

Iya, saya mengalaminya.

mulai tumbuh jerawat

saya juga menyukai cowok di kelas.



PEMERINTAH KOTA PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 6 PEKALONGAN
Jalan RA. Kartini No. 36 ☎ (0285) 423794 Pekalongan 51128

Website : smpn6pekalongan.sch.id/ Email : smpnegeri6pekalongan@gmail.com

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Karir
C	Topik / Tema Layanan	Mengenal Bakat, Minat
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli mampu memahami pengaruh kemampuan, bakat, minat
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik/konseli memahami pengertian bakat, minat, hobi dan karir 2. Peserta didik/konseli memahami cara menemukan bakat tersembunyi 3. Peserta didik/konseli dapat mengidentifikasi bakat dan karir
G	Sasaran Layanan	Kelas 8
H	Materi	1. Pengertian bakat, minat
I	Waktu	1 Kali Pertemuan x 45 Menit
j	Sumber Materi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMP-MTs kelas 7</i>, Yogyakarta, Paramitra Publishing 2. Hutagalung, Ronal. 2015. <i>Ternyata Berprestasi Itu Mudah</i>. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama 3. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang karir</i>, Yogyakarta, Paramitra 4. Eliasa Imania Eva, Suwarjo. 2011. <i>Permainan (games) dalam Bimbingan dan Konseling</i>. Yogyakarta: Paramitra
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
L	Media / Alat	LCD, Power Point, Mengenal bakat, minat
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa

		<ol style="list-style-type: none"> 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	c. Kegiatan peserta didik	<ol style="list-style-type: none"> 5. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video) 6. Melakukan Brainstorming/curah pendapat 7. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing 8. Setiap kelompok mempresetaskan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapi, dan seterusnya bergantian sampai selesai.
	d. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ol style="list-style-type: none"> 8. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan 9. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat 10. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (2 kelompok) 11. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok) 12. Menjelaskan cara mengerjakan tugas 13. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik 14. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan
	3. Tahap Penutup	
		<ol style="list-style-type: none"> 5. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 6. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 7. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 8. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam

N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain : <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa
3. Instrumen penilaian

Pekalongan, September 2022

Mengetahui

Kepala Sekolah SMP N 6 PEKALONGAN

Guru BK

Qurratiani, S.Si
NIP 197301052000032006

Eman Migania Desy T, S.Pd
NIP 1981120620222212011

Lampiran 1. Uraian Materi

MENGENAL BAKAT, MINAT, HOBI DAN KARIR

Beberapa pengertian

- **Bakat :** Anugrah Tuhan YME kepada setiap manusia, berupa kemampuan dasar yang masih terpendam. Bakat masih berupa bibit atau bahan yang akan berkembang apabila didukung oleh lingkungan. Tuhan menganugrahkan bakat kepada seseorang dilengkapi minat. Sehubungan dengan cara berfungsinya, ada 2 jenis bakat, yaitu:
 1. Kemampuan pada bidang khusus. Misalnya bakat musik, melukis, dll.
 2. Bakat khusus yang dibutuhkan sebagai perantara untuk merealisasikan kemampuan khusus, misalnya bakat melihat ruang (dimensi) dibutuhkan untuk merealisasi kemampuan di bidang teknik arsitek.

Bakat bukanlah merupakan sifat tunggal, melainkan merupakan sekelompok sifat yang secara bertingkat membentuk bakat.

Jenis Bakat

Beberapa ahli cenderung membedakan bakat atas bakat umum dan bakat khusus. Berbakat atau gifted, diartikan sebagai bakat intelektual (baik umum atau khusus) dan talent sebagai bakat-bakat khusus, misalnya dalam seni musik atau seni rupa. Bakat-bakat tersebut, baik yang masih potensi maupun yang sudah terwujud, meliputi :

1. Kemampuan intelektual umum
 2. Kemampuan akademik khusus
 3. Kemampuan berpikir secara kreatif -produktif
 4. Kemampuan dalam salah satu bidang seni
 5. Kemampuan psikomotorik/kinestetik
 6. Kemampuan psikososial atau bakat kepemimpinan
- **Minat :** Kecenderungan seseorang atau rasa suka seseorang terhadap sesuatu.

Ciri-ciri Minat

Menurut Slameto menjelaskan bahwa ciri-ciri minat yang ada pada diri masing-masing individu adalah sebagai berikut :

1. Minat tidak dibawa sejak lahir melainkan dibentuk dan dipelajari kemudian

2. Minat dapat diekspresikan melalui suatu pertanyaan yang menunjukkan bahwa siswa lebih menyukai suatu hal daripada hal lain.
3. Minat dapat dimanifestasikan melalui partisipasi dalam suatu aktifitas
4. Minat mempunyai segi motivasi dan perasaan
5. Siswa yang memiliki minat terhadap suatu obyek akan cenderung memberikan perhatian yang lebih besar terhadap obyek tersebut.

Seseorang yang memiliki minat cenderung akan lebih perhatian terhadap subyek tersebut. Siswa akan memiliki perasaan senang ketika ia melakukan kegiatan yang diminatinya. Hal ini antara minat dengan berperasaan senang terhadap hubungan timbal balik, sehingga akan terjadi hubungan, jika siswa yang berperasaan senang maka akan berminat, begitu pula sebaliknya siswa berperasaan tidak senang, maka ia cenderung tidak berminat

- Potensi : Kemampuan yang mempunyai kemungkinan untuk dikembangkan.
- Kemampuan : Kecakapan yang diperoleh dari latihan-latihan.
- Prestasi : Kemampuan dalam bidang tertentu yang dioptimalkan
- Hobi : Hobi penting bagi seseorang karena membawa arti yang sangat besar bagi kehidupannya. Hobi adalah kegiatan rekreasi yang dilakukan pada waktu senggang. Orang yang enjoy dengan hobinya tidak mudah mengalami stres karena hobi biasanya membawa pengaruh positif, bila kita sedang merasa sedih tidak ada teman yang membantu menghilangkan kesedihan maka lampiaskan kesedihan dengan menjalankan hobi kita, percaya kita akan merasa enjoy. Hobi yang positif juga dapat menambah penghasilan (hobi dapat menghasilkan uang) misalnya saja hobi masak, di waktu senggang kita mencoba masak kue dan kue dicoba enak maka tidak ada salahnya kue tersebut dijual ke warung-warung terdekat. Hobi hampir mirip dengan minat, tetapi masih dibawah minat. Sifatnya lebih dipengaruhi lingkungan, sering berubah-ubah dan tidak ada unsur-unsur kemampuan dasar yang dimiliki. Ada orang yang masa kecilnya punya hobi tertentu, melukis misalnya tetapi setelah besar hobinya sepak bola. Kalau melukis hanya sekedar hobi, jika tidak dikursuskan dan tidak sering dikerjakan maka akan hilang dengan sendirinya karena sudah merasa tidak tertarik lagi atau mulai tertarik pada hal lain. Berbeda dengan orang yang berbakat melukis maka dia akan terus menekuninya. Dari contoh

diatas dapat diambil kesimpulan bahwa bakat/minat dan kemampuan sangat membantu dalam keberhasilan suatu pekerjaan/karier.

Cara Menemukan Bakat yang tersembunyi

Bila sampai saat ini masih bingung dengan bakat yang Anda miliki, cobalah beberapa hal berikut untuk menemukan bakat yang sebenarnya sudah kalian miliki sejak dulu. Caranya :

1. Dengarkan orang lain

“Gajah di pelupuk mata tidak kelihatan, kuman di seberang lautan kelihatan”. Ungkapan yang sama juga berlaku dalam melihat bakat tersembunyi. Dibandingkan diri sendiri, orang lain seringkali jauh lebih tahu dibandingkan anda. Besar kemungkinannya orang lain sudah pernah (bahkan berkali-kali) mengatakan bahwa anda sangat menguasai bidang tertentu. Hanya saja selama ini mungkin anda mengabaikannya—tidak menganggap serius. Sekarang saatnya mulai mendengarkan.

2. Temukan sesuatu yang sangat mudah dilakukan

Suatu saat mungkin anda melihat seseorang [dengan jenis kelamin dan usia yang sama] begitu kesulitan melakukan sesuatu, tetapi anda bisa melakukan aktifitas yang sama dengan super mudah. Lain waktu, anda menemukan orang lain perlu ambil kursus atau sekolah khusus untuk melakukan sesuatu tetapi anda bisa melakukan hal yang sama dengan sangat mudah tanpa kursus atau sekolah khusus. Berarti aktifitas tersebut adalah bakat tersembunyi anda.

3. Temukan sesuatu yang paling anda nikmati

Bakat tersembunyi sering kali menunjukkan dirinya sendiri ke permukaan. Adakah majalah untuk topik [atau komunitas penghobi] tertentu yang tidak bisa anda lewatkan? Atau suatu aktifitas yang sangat ingin anda lakukan tetapi selama ini tidak karena keterbatasan tertentu [waktu/biaya/alat]. Besar kemungkinan aktifitas tersebut adalah bakat tersembunyi anda. Tidak ada jaminan pasti bahwa setiap yang anda sukai merupakan bakat tersembunyi anda, tetapi kerap ada diantaranya.

4. Temukan sesuatu yang sering anda bicarakan

Adakah topik tertentu yang anda sadari atau tidak, selalu menjadi topik anda? Suatu ketika mungkin anda membicarakan topik lain, tetapi ujung-ujungnya lari ke topik yang biasa anda bicarakan lagi. Bisa jadi aktifitas yang ada dalam topik tersebut adalah bakat tersembunyi anda, atau setidaknya terkait.

5. Tanyakan pada orang lain

Dalam banyak hal, cara termudah dan tercepat untuk mengetahui sesuatu adalah dengan bertanya. Tanya pada siapapun yang anda pikir bisa dan bersedia memberikan penilaian yang obyektif. Tidak selalu orang terdekat [pacar/pasangan], bisa jadi mereka justru paling tidak obyektif. Minta mereka mengabaikan kebiasaan-kebiasaan buruk anda, yang anda butuhkan hanya

kelebihan anda [anda tidak sedang merenungi hidup, tetapi menggali bakat tersembunyi]. Sebisa mungkin usahakan dengan pertanyaan langsung “menurut kamu, apa bakat aku?”. Tanyai mereka secara terpisah, catat. Setelah semua jawaban terkumpul, perhatikan sesuatu yang paling sering disebutkan [oleh orang berbeda]. Jika jumlah orang yang anda tanya cukup banyak, saya yakin pasti ada sesuatu yang sering disebutkan. Anda boleh tersenyum, karena 90% itu adalah bakat tersembunyi anda.

Mengidentifikasi Bakat Dan Karir

Di masa sekarang ini, terdapat ribuan lapangan pekerjaan pada ratusan dunia usaha atau industri. Artinya kini ada begitu banyak kesempatan bagi siapa saja untuk meraih pekerjaan sesuai dengan bakat dan bidang yang diinginkan. Hanya yang dibutuhkan sekarang adalah bagaimana cara mengenali bakat dan minat yang ada didalam diri.

Sayangnya masih ada saja para profesional yang “terjebak” pada pekerjaan yang tak sepenuhnya mereka sukai. Oleh karena itu mulailah untuk mengenali bakat, minat dan kekuatan yang dimiliki sehingga kita mampu memanfaatkan semua kelebihan diri dengan sebaik-baiknya. Belum ada kata terlambat untuk mengejar karier, cita-cita dan impian yang kamu inginkan. Mulailah dari sekarang untuk mengidentifikasi bakat dan karier yang kamu inginkan, dengan cara sebagai berikut:

1. Kenali Diri

Sebelum menentukan karier, kenalilah diri sendiri. Jujurlah pada apa yang kamu rasakan, karena terkadang apa yang terbaik menurut orang tua dan orang lain tidak selalu sama dengan apa yang kamu inginkan atau pikirkan. Saat mempersiapkan masa depan berarti juga mampu mempersiapkan tujuan karier. Bila sejak awal memang mencita-citakan profesi tertentu kembangkanlah keahlian dan bakat yang kamu miliki.

2. Ketahui apa yang diinginkan

Mengenai hobi dan minat juga bisa menjadi langkah untuk mendapatkan karir secara tepat. Hobi menggambarkan bakat dan minat pada diri seseorang. Tanyakan pada diri sendiri apa saja yang membuat bosan atau membangkitkan semangat sebagai contoh, apakah matematika sering membuat mengantuk. Tapi pelajaran olahraga kerap membuat kamu lupa waktu? Di kala senggang apakah kamu lebih suka nonton film atau olahraga? Apakah acara liburan di TV lebih menarik daripada siaran langsung sepak bola?.

Terlepas dari apa yang menarik bagi kamu, bersikaplah jujur untuk mengakuinya. Buatlah daftar apa saja yang sangat kamu ingin lakukan. Atau hal-hal apa saja yang membuat kamu lupa mengetahui apa yang kamu inginkan merupakan pondasi terpenting dalam meraih pekerjaan impian.

3. Harga Nilai Diri

Jangan lupa untuk telat menghargai nilai-nilai harga diri. Tetapkan apakah terkait dengan keluarga, kesetiaan, intergritas, etika kerja, kemampuan kerja untuk kekayaan. Sedangkan yang tak termasuk nilai diri adalah mobil mewah, sekolah beken, perdamaian dunia atau fitness.

4. Temukan Bakat

Bakat juga merupakan elemen terpenting dalam menentukan karir. Dengan bakat kita bisa merasakan kesenangan atau kepuasan kerja yang kita hasilkan. Pekerjaan yang dijalani sesuai dengan bakat juga mampu membuat kita terbangun dipagi hari dengan penuh semangat.

Hobi dan bakat sangat terkait erat. Keduanya bisa memotivasi kita untuk bekerja secara lebih baik. Bakat tak harus terlihat hal-hal konkrit semata seperti bakat musik maupun olahraga, tapi juga bisa dilihat dari kefasihan saat berkomunikasi, atau efektif bekerja sama dengan orang lain. Banyak orang yang memang terlahir sebagai seseorang pemimpin, memiliki kemampuan mengorganisir, setia ada juga yang mampu membangkitkan semangat orang lain. Hal-hal seperti itu pun juga dinamakan bakat.

5. Kombinasikan Minat dan Kegunaan

Pada intinya kita harus dapat menilai secara jujur kelemahan diri. Setelah itu temukan bakat-bakat yang lain sehingga tidak hanya tau punya satu kelebihan semata. Mulailah mencari cara untuk menyelaraskan minat dan bakat misalnya bila kamu suka menonton acara olahraga dan memiliki kemampuan komunikasi yang baik, mungkin karir sebagai komentator olahraga atau penulis olahraga bisa dipertimbangkan.

Intinya apapun yang kita lakukan harus bisa membangkitkan semangat untuk menjalaninya. Disamping hasil yang didapat mampu mendatangkan kepuasan tersendiri. Tak perlu muluk dalam merencanakan karir atau cita-cita, yang terpenting adalah mencoba melakukan apa yang ingin dilakukan sepenuhnya.

Untuk mempermudah pemahaman diri kita tentang minat dan kemampuan yang meliputi bidang akademis dan non akademis, perhatikan contoh di bawah ini!

No	Nama	Minat		Kemampuan	
		Akademis	Non Akademis	Akademis / Nilai	Non Akademis
1.	Budi	IPS Bahasa Indonesia	Berorganisasi	IPS : 8 Bhs : 9	Pengurus Osis

2.	Nina	Matematika IPA Elektro	Komputer	Matematika : 7 IPA : 8 Elektro :8	Menguasai program windows
3.	Rini	Bahasa Inggris KTK Tata Busana	Menjahit Menyanyi Menari	Bhs. Inggris : 7 KTK : 8 Tata Busana : 9	Bisa menjahit baju sendiri.
4.	Didik	Olahraga IPS PPKn	Sepak Bola Tinju	Olahraga : 9 IPS : 7 PPKn : 8	Sudah masuk klub sepak bola

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
(LKPD)**

A. Identitas Peserta Didik

Nama Peserta Didik : Isyah Luna
 Kelas : VIII B
 Hari/Tanggal :
 Materi : bakat dan minat

B. Latihan

1. Jelaskan apa yang dimaksud dengan minat?

Suatu perasaan cinta pada sesuatu

2. Jelaskan apa yang dimaksud dengan bakat?

Anugerah Tuhan, berupa kemampuan dalam melakukan suatu hal didapat sejak dari lahir.

3. Apakah Anda mengenal bakat dan minat yang Anda miliki?

Ya, saya mempunyai bakat bermain bola voli.

Saya juga mempunyai minat mengikuti kegiatan voli di sekolah.



PEMERINTAH KOTA PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 6 PEKALONGAN
Jalan RA. Kartini No. 36 ☎ (0285) 423794 Pekalongan 51128

Website : smpn6pekalongan.sch.id/ Email : smpnegeri6pekalongan@gmail.com

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Karir
C	Topik / Tema Layanan	Cita-cita karirku
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan umum	Peserta didik/konseli dapat memahami pentingnya cita-cita karir masa depan sebagai semangat hidup dalam meraih sukses di masa depan
F	Tujuan khusus	5. Peserta didik/konseli dapat memahami pentingnya memiliki cita-cita 6. Peserta didik/konseli dapat memahami cara menggapai cita-cita
G	Sasaran Layanan	Kelas 8
H	Materi Layanan	7. Pentingnya memiliki cita-cita 8. Cara menggapai cita-cita
I	Waktu	1 Kali Pertemuan x 45 Menit
J	Sumber Materi	1. Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMP-MTs kelas 7</i> , Yogyakarta, Paramitra Publishing 2. Hutagalung, Ronal. 2015. <i>Ternyata Berprestasi Itu Mudah</i> . Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama 3. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling bidang karir</i> , Yogyakarta, Paramitra 4. Eliasa Imania Eva, Suwarjo.2011. <i>Permainan (games) dalam Bimbingan dan Konseling</i> .Yogyakarta: Paramitra
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
L	Media / Alat	LCD, Power Point, Cita-cita karirku
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa

	<p>2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking)</p> <p>3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai</p>
b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<p>1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</p> <p>2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</p>
c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
2. Tahap Inti	
e. Kegiatan peserta didik	<p>9. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video)</p> <p>10. Melakukan Brainstorming/curah pendapat</p> <p>11. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing</p> <p>12. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapi, dan seterusnya bergantian sampai selesai.</p>
f. Kegiatan Guru BK/Konselor	<p>15. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan</p> <p>16. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat</p> <p>17. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok)</p> <p>18. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok)</p> <p>19. Menjelaskan cara mengerjakan tugas</p> <p>20. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik</p> <p>21. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan</p>
3. Tahap Penutup	<p>9. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan</p> <p>10. Peserta didik merefleksikan kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan</p> <p>11. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut</p> <p>12. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam</p>

N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain : <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa

Pekalongan, September 2022

Mengetahui

Kepala Sekolah SMP N 6 Pekalongan

Guru BK

Qurratiani, S.Si
NIP 197301052000032006

Eman Migania Desy T, S.Pd.
NIP 198112062022212011

Lampiran 1. Uraian Materi

CITA-CITA KARIRKU

Barangkali sewaktu masih kecil kalian ditanya oleh bapak atau ibu, apa cita - citamu bila sudah besar? Mungkin secara spontan jawaban polos kalian adalah : saya ingin menjadi dokter, guru, pengusaha dan lain – lain. Kalau pertanyaan seperti itu diajukan sekarang, apakah jawaban kalian ?

Sebagian siswa seusia kalian lebih sering berpikir panjang dulu baru menjawab, itupun dengan ragu dan malu, *saya bercita – cita sebagai* Bahkan ada diantara kalian yang tidak berani menyebutkan cita – cita. Namun ada yang secara mantap dapat menjelaskan tentang cita – cita. Mana yang lebih baik, tidak memiliki cita – cita. Ragu dan malu dalam mengungkapkan cita - cita. Atau mantap dan pasti memiliki cita – cita ?

Cita - cita bukanlah sekedar perwujudan harapan masa kecil, cita-cita adalah bagian dari perkembangan karier manusia. Cita - cita bukanlah hanya khayalan anak - anak tentang masa depan. Cita - cita sering disebut dengan impian. Impian yang ingin dicapai dimasa datang. Semakin besar impian atau cita - cita, makin besar pula motivasi atau semangat untuk meraih. Dengan kata lain cita - cita harus memberi dampak yang besar, yakni berkobarnya semangat untuk berjuang melawan kesulitan yang datang. Bila cita - cita tidak memberikan dampak emosional berupa terpompanya semangat mencapai dan menggapai, maka cita-cita akan berubah menjadi sekedar khayalan belaka.

Kita wajib memiliki cita - cita. Bahkan Ustadz, guru, orang tua dan tokoh masyarakat atau tokoh agama memberi nasihat pada kita agar jangan pelit dengan cita - cita. Bercita-citalah sebanyak - banyaknya. Jangan hanya satu atau dua cita - cita. Ada pesan *gantungkan harapan kalian setinggi langit, dan kejarlah. Jika kalian tidak menggapai matahari, kalian akan tersangkut di pepohonan atau di atas gunung yang tinggi, atau bahkan mencapai bintang.*

Memiliki cita - cita adalah wajib bagi manusia, bagaimana seharusnya kita menentukan cita-cita? Apakah masih sama seperti anak TK/SD yang ditanya oleh gurunya tentang cita - cita? Tentu saja harus berbeda. Anak kecil sering kali menyebutkan cita-cita mereka kelak kalau sudah besar, misalnya ingin menjadi dokter, petani, pilot pesawat, guru, tentara, dan lain-lain. Mereka juga senang bermain peran, misalnya bermain dokter-dokteran, penokohan figur idola, guru, polisi, artis terkenal dan lain-lain sesuai berbagai peran yang dilihat di lingkungannya. Jabatan atau pekerjaan yang mereka inginkan atau perankan pada umumnya masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan, misalnya dari TV, video, majalah, atau tontonan maupun tokoh-tokoh yang pernah melintas dalam kehidupan anak. Maka tidak mengherankan jika pekerjaan ataupun jabatan yang mereka sebut masih asal sebut saja.

Kalian kini telah memiliki wawasan dan pemahaman yang lebih baik tentang keadaan kalian baik kelebihan maupun kekurangannya. Kalian telah melihat begitu banyak pekerjaan di sekitar kita dengan berbagai syarat tertentu untuk meraih baik mensyaratkan keadaan fisik tertentu, seperti tinggi badan, kondisi badan, dan lain - lain.

Kenyataan sehari-hari, kita menjumpai bahwa ada persyaratan-persyaratan untuk memasuki dunia pekerjaan tertentu. Misalnya, syarat untuk menjadi Tentara Nasional Indonesia, adalah tinggi badan 160 cm, tidak buta warna, ijazah minimal dari SMA/ sederajat, dan lainnya. Ini berarti orang yang tidak memiliki seluruh syarat itu tidak bisa mendaftar bekerja menjadi TNI. Orang yang tingginya hanya 150 cm, tentu tidak tepat bercita - cita menjadi tentara. Orang yang *cedal* jangan bercita - cita menjadi guru atau penyiar.

Namun demikian, bukan berarti bahwa kita membatasi cita - cita. Kita tidak membatasi cita - cita, tetapi memilih cita - cita yang sesuai dengan keadaan atau kondisi kita. Baik kondisi fisik maupun mental. Kini kewajiban kalian adalah memahami kondisi atau keadaan fisik dan mental diri untuk dijadikan pertimbangan dalam menentukan cita- cita. Bagaimana kondisi fisik kalian? Apakah kondisi fisik itu merupakan kondisi yang permanen? Ataukah kondisi itu bisa berubah dimasa mendatang, baik dengan pengobatan maupun dengan usaha lain? Kondisi mental juga sangat berpengaruh dalam menentukan suatu pekerjaan masa depan, seperti minat, bakat, perasaan, keinginan, keberanian berbicara, gagap dalam berbicara, perasaan jijik terhadap sesuatu, dan lain - lain.

Kondisi fisik atau mental yang kalian miliki sekarang adalah sesuatu yang patut kalian syukuri. Itulah karunia Allah SWT yang wajib dikembangkan. Keadaan yang mungkin dipandang sebagai kekurangan bisa jadi merupakan sesuatu yang bisa dikembangkan menjadi kelebihan. Coba kalian lihat di televisi, banyak sekali bintang sinetron, pelawak, yang menurut pandangan umum begitu sempurna. Kita kemudian memiliki standar penilaian, orang yang sempurna.

Coba kita lihat lebih teliti lagi, diantara bintang bintang yang sering muncul di televisi, ada yang sebenarnya secara fisik tidak sempurna. Ada yang tubuhnya kecil, ada yang kulitnya hitam legam, ada yang tubuhnya tambun, ada yang mukanya *tongos* seperti Thukul Arwana. Dalam kehidupan sehari - hari juga banyak contoh, orang yang menurut penilaian umum memiliki banyak kekurangan ternyata bisa sukses pada kehidupannya.

Alangkah baiknya bila kita tahu persis, memahami tentang diri kita baik fisik maupun mental, baik kelebihan maupun kekurangannya. Kita menerima dengan lapang hati keadaan atau kondisi itu, dan berusaha memanfaatkan kondisi tersebut untuk bekal menggapai cita - cita atau. Bagaimanakah cara menilai keadaan agar dapat diperbaiki ? Dalam kehidupan ini tidak pernah ada yang sempurna, setiap orang pasti banyak kelemahan- kelemahan tetapi jangan

pernah lupa dibalik kelemahan- kelemahan masih tersisa kebaikan- kebaikan. Mengembangkan kelemahan- kelemahan pada seseorang untuk menjadi kelebihan- kelebihan bukan sesuatu yang mudah dikerjakan, namun bisa dilakukan dengan ketekunan, kesabaran dan kerja keras. Sebab tanpa ketekunan, kesabaran dan kerja keras mustahil kelemahan akan menjadi keunggulan atau potensi diri.

Cara menggapai cita-cita sebagai berikut:

1. Jaga dan tumbuhkan cita-cita Anda dengan cara tidak merasa puas setelah Anda mendapatkan sedikit kenikmatan, namun tetap menjaga dan mengembangkan apa yang telah Anda dapatkan
2. Kembangkan kepribadian Anda untuk menjadi yang lebih baik lagi, orang yang sukses adalah orang yang mau dan berusaha untuk menjaga kepribadian yang baik, dan mau untuk mengembangkannya sampai dirinya benar-benar telah mampu untuk mewujudkan cita-citanya
3. Berfikir maju. Banyak orang yang merasa bahwa dirinya adalah yang terbaik diantara yang lain, perspektif semacam itu harus dihilangkan. Kuatkan keyakinan Anda dan selalu berhati-hati
4. Kembangkan kemampuan yang telah Anda miliki sampai Anda benar benar tidak kuat untuk mengembangkannya
5. Tingkatkan ilmu pengetahuan yang Anda kuasai. Ilmu pengetahuan sangat penting dalam proses untuk menggapai cita-cita, maka dari itu tingkatkan ilmu pengetahuan Anda agar cita-cita yang Anda inginkan bisa terwujud
6. Sukai cita-cita yang akan Anda raih. Dengan begitu, Anda akan meraih kebahagiaan dan cita-cita yang Anda impikan
7. Tidak menyerah dan selalu mencoba
8. Menatap kedepan untuk lebih baik dan menjadikan sejarah serta kegagalan sebagai pelajaran untuk menuju kesuksesan
9. Berdo'a.

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
(LKPD)**

A. Identitas Peserta Didik

Nama Peserta Didik : Bagas Abelvi Rozak
 Kelas : VIII B
 Hari/Tanggal :
 Materi : Cita-cita

B. Latihan

1. Jelaskan apa yang dimaksud dengan cita-cita?

Cita-cita adalah harapan yang ingin dicapai.....

2. Tuliskan cita-cita Anda setelah lulus dari sekolah?

Cita-cita saya setelah lulus sekolah masuk
di SMA 1 Negeri.....

3. Bagaimana cara menggapai cita-cita yang Anda miliki?

Belajar dengan giat, tidak mudah putus asa
dan berdoa.....



PEMERINTAH KOTA PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 6 PEKALONGAN
Jalan RA. Kartini No. 36 ☎ (0285) 423794 Pekalongan 51128

Website : smpn6pekalongan.sch.id/ Email : smpnegeri6pekalongan@gmail.com

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Kebutuhan Pokok dan Gaya Hidup
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan umum	Peserta didik/konseli dapat memiliki sikap mandiri dan bertanggung jawab dalam setiap perbuatan
F	Tujuan khusus	1. Peserta didik/konseli dapat memahami kebutuhan pokok 2. Peserta didik/konseli dapat memahami gaya hidup
G	Sasaran Layanan	Kelas 8
H	Materi Layanan	1. Pengertian kebutuhan pokok 2. Pengertian gaya hidup
I	Waktu	1 Kali Pertemuan x 45 Menit
J	Sumber Materi	1. Suryana, 2008, <i>Materi Kebutuhan Pokok SMP-MTs kelas 8</i> , Yogyakarta, Paramitra Publishing 2. Ismet, 2007, <i>Kebutuhan Pokok</i> , Yogyakarta, Paramitra 3. Hutagalung, Ronal. 2007. <i>Ternyata Berprestasi Itu Mudah</i> . Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama 4. Nanang.2010. <i>Kebutuhan sandang pangan</i> . Yogyakarta: Paramitra 5. Kotler dan Kelleraya, <i>Pengertian Gaya Hidup</i> . Jakarta : Paramitra
K	Metode/Teknik	Ceramah, Curah pendapat dan tanya jawab
L	Media / Alat	LCD, Power Point, Kemandirian di usia remaja
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pendahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa. 2. Membina hubungan baik dengan peserta

		<p>didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking).</p> <p>3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai</p>
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<p>1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</p> <p>2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</p>
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
	d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	g. Kegiatan peserta didik	<p>1. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video)</p> <p>2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat</p> <p>3. Mendiskusikan dengan kelompok masing-masing</p> <p>4. Setiap kelompok mempresetasikan tugasnya kemudian kelompok lain menanggapi, dan seterusnya bergantian sampai selesai.</p>
	h. Kegiatan Guru BK/Konselor	<p>1. Menayangkan media slide power point yang berhubungan dengan materi layanan</p> <p>2. Mengajak peserta didik untuk brainstorming/curah pendapat</p> <p>3. Membagi kelas menjadi beberapa kelompok (6 kelompok)</p> <p>4. Memberi tugas (untuk diskusi kelompok)</p> <p>5. Menjelaskan cara mengerjakan tugas</p> <p>6. Mengevaluasi hasil diskusi peserta didik</p> <p>7. Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan</p>
	3. Tahap Penutup	<p>1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan</p> <p>2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan</p> <p>3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut</p> <p>4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam</p>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi

		<p>dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa

Pekalongan, September 2022

Mengetahui,

Kepala Sekolah SMP N 6 Pekalongan Guru BK,

Qurratiani, S.Si.
NIP 197301052000032006

Eman Migania Desy T, S.Pd.
NIP1981120620222212011

Lampiran 1. Uraian Materi

KEBUTUHAN POKOK DAN GAYA HIDUP

1. Pengertian Kebutuhan Pokok

Kebutuhan pokok yang mendasar bagi setiap manusia terdiri dari kebutuhan sandang, pangan dan papan. Pada zaman yang modern ini kebutuhan manusia semakin beragam. Hal tersebut tercermin pada tingkat kebutuhan masyarakat yang semakin beragam dan semakin meningkat, sehingga mengakibatkan masyarakat kesulitan dalam hal menentukan mana kebutuhan primer dan mana kebutuhan sekunder. Namun, dari sekian banyak kebutuhan manusia, kebutuhan pangan, sandang, dan papan masih menjadi kebutuhan pokok yang mesti selalu menempati urutan atas dalam hal permintaan kebutuhan masyarakat (Suryana, 2008). Pangan merupakan suatu kebutuhan dasar utama bagi manusia untuk dapat mempertahankan hidup, oleh karena itu kecukupan pangan bagi setiap orang pada setiap waktu merupakan hak azazi yang harus dipenuhi (Suryana, 2008).

Kebutuhan lain manusia yang dikatakan mendasar selain pangan yaitu kebutuhan akan papan atau rumah. Seseorang memerlukan kebutuhan tersebut untuk melindungi dirinya dari berbagai iklim/cuaca. Sebagai kebutuhan dasar manusia, rumah merupakan syarat untuk memperoleh kesejahteraan, bahkan suatu tolak ukur kesejahteraan. Hal ini menunjukkan bahwa papan/rumah merupakan kebutuhan mendasar sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan pokok manusia (Nanang: 2010).

2. Pengertian Gaya Hidup

Menurut Kotler dan Kelleraya Gaya hidup adalah pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktifitas, minat dan opininya. Gaya hidup menunjukkan keseluruhan diri seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Gaya hidup menggambarkan seluruh pola seseorang dalam beraksi dan berinteraksi di dunia. Sedangkan menurut Setiadi gaya hidup adalah secara luas diidentifikasi sebagai cara hidup yang diidentifikasi oleh bagaimana orang menghabiskan waktu mereka (aktifitas) apa yang

mereka anggap penting dalam lingkungannya (ketertarikan), dan apa yang mereka pikirkan tentang diri mereka sendiri dan juga sekitarnya (pendapat).

Gaya hidup adalah konsep yang lebih kontemporer, lebih komprehensif, dan lebih berguna dari pada kepribadian. Karena alasan ini perhatian yang besar harus dicurahkan pada upaya memahami konsepsi atau kata yang disebut Gaya hidup, bagaimana gaya hidup diukur, dan bagaimana gaya hidup digunakan. Gaya hidup didefinisikan sebagai pola di mana orang hidup dan menghabiskan waktu serta uang. Gaya hidup adalah fungsi motivasi konsumen dan pembelajaran sebelumnya, kelas sosial, demografi, dan variabel lain. Gaya hidup adalah konsepsi ringkasan yang mencerminkan nilai konsumen.

Gaya hidup hanyalah salah satu cara untuk mengelompokkan konsumen secara psikografis. Gaya hidup (*Life style*) pada prinsipnya adalah bagaimana seseorang menghabiskan waktu dan uangnya. Ada orang yang senang mencari hiburan bersama kawankawannya, ada yang senang menyendiri, ada yang bepergian bersama keluarga, berbelanja, melakukan aktivitas yang dinamis, dan ada pula yang memiliki dan waktu luang dan uang berlebih untuk kegiatan sosial-keagamaan. Gaya hidup dapat mempengaruhi perilaku seseorang dan akhirnya menentukan pilihan-pilihan konsumsi seseorang. Memahami kepribadian tidaklah lengkap jika tidak memahami konsep gaya hidup. Gaya hidup adalah konsep yang lebih baru dan lebih mudah terukur dibandingkan kepribadian. Gaya hidup didefinisikan sebagai pola di mana orang hidup dan menggunakan uang dan waktunya. Gaya hidup mencerminkan pola konsumsi yang menggambarkan pilihan seseorang bagaimana ia menggunakan waktu dan uangnya.

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
(LKPD)**

A. Identitas Peserta Didik

Nama Peserta Didik : Muhammad Syarifudin
 Kelas : VIII B
 Hari/Tanggal :
 Materi : kebutuhan pokok dan gaya hidup

B. Latihan

1. Jelaskan apa yang dimaksud dengan kebutuhan pokok?

Kebutuhan Pokok adalah kebutuhan yang di
 inginkan dan digunakan untuk mendaki hidup
 misal: Makan, Minum, Kasih sayang orang tua

2. Jelaskan apa yang dimaksud dengan gaya hidup?

Gaya hidup adalah suatu gaya yang digunakan
 dalam menjalani kehidupan. Contoh: gaya hidup
 sederhana

3. Bagaimana kebutuhan pokok dan gaya hidup Anda selama ini?

Kebutuhan Pokok: Makanan, Sekolah, kasih sayang
 orang tua
 Gaya hidup: gaya hidup saya sederhana
 sesuai keadaan keluarga saya

Lampiran 5 Lembar Penilaian Laiseg

BIMBINGAN DAN KONSELING UNIVERSITAS PGRI SEMARANG
--

RANASIA

**PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

LASEG

Hari, Tanggal Layanan : _____

Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan / Kelompok *)

Pemberi Layanan : Kot Arif

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Remaja, perubahan fisik Remaja, dan purnik.
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Mengetahui perubahan dan pengertian Remaja
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Bahagia dan senang
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Bisa lebih mengontrol emosi
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Pengetahuan dan pengalihan Baru.
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

Materi nya lebih jelas dan Rinci

Ah

La Khikmatul Maula.

*) Coret salah satu

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

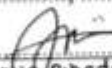
Hari, Tanggal Layanan :
 Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan / Kelompok *)
 Pemberi Layanan : Kak Arif

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Remaja, Perubahan fisik, dan psikis
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Mengetahui pengertian remaja, perubahan fisik dan psikis remaja
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Bahagia dan Senang.
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Bisa lebih mengontrol emosi agar lebih stabil
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Ya, mendapat pengalaman dan pengetahuan baru.
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

Menennyo lebih jelas dan rinci


Athaya Pinodotul Aisy

*) Coret salah satu

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

Hari, Tanggal Layanan :
 Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan/ Kelompok *
 Pemberi Layanan : Fat Arif

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Pemahaman Diri
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Dapat memahami pemahaman diri, tujuan, dan faktor yg mempengaruhi
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Senang
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Dapat menggalis kemampuan yg ada di dirinya
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Ya, dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan seseorang.
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

Pemainannya seru, tetapi materinya panjang.


Athiyah Pradani Ayu

***) Coret salah satu**

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

Hari, Tanggal Layanan :

Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan / Kelompok *)

Pemberi Layanan : Kak Arif

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Pemahaman diri, tujuan dan faktor.
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Dapat mengetahui diri sendiri
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Bahagia dan senang
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Mengetahui dan menggal kemampuan diri sendiri
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Pengetahuan tentang diri sendiri
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

materi dan penyampaiannya lebih rinci

Al
La Khikmatul Maula.

*) Coret salah satu

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

Hari, Tanggal Layanan :

Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan / Kelompok *)

Pemberi Layanan : Kak Arif


Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Pengenalan Bakat & minat, cara menemukan bakat.
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Memahami lebih dalam apa itu Bakat & minat.
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Senang & Bahagia.
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Dapat menemukan bakat.
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Pengalaman & pengetahuan Baru.
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

- Gamernya kurang asik.

- Materinya diubah menjadi lebih jelas dan singkat.


Adinda Yunnar Karna

*) Coret salah satu

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

Hari, Tanggal Layanan :
 Jenis Layanan : Bimbingan Perencanaan / Kelompok *)
 Pemberi Layanan : Kak ARIF

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
 Bakat dan minat Cara menemukan Bakat
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
 memahami lebih dalam tentang Bakat dan minat.
 dan mengetahui Bakat saya.
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
 Senang
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
 Dapat menemukan Bakat.
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
 mengetahui Bakat. / Pengetahuan dan Pengalaman
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

.....
materi nya lebih jelas dan singkat.
.....

.....
keisya carolina

keisya carolina

***) Coret salah satu**

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LASEG

Hari, Tanggal Layanan :

Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan / Kelompok *)

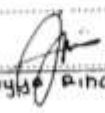
Pemberi Layanan : Kak Arif

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Cita Cita dan cara menggapai cita cita.
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Memahami tentang apa itu cita cita dan saya mengetahui cita cita saya.
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Senang dan bahagia
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Dapat menggapai cita cita
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Ya, mendapatkan pengalaman dan pengetahuan baru.
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

game yang kurang seru.


Athya Rizki Rizki

***) Coret salah satu**

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEFG

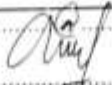
Hari, Tanggal Layanan :
Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan / Kelompok *)
Pemberi Layanan : Kak Arif

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Cita-cita dan cara mengapai cita-cita.
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
memahami lebih dalam apa itu cita-cita dan saya mengetahui cita-cita saya.
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Senang, karena mendapatkan pengalaman baru.
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Papat mengapai cita-cita.
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Senang, pengalaman & pengetahuan baru.
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?
.....
.....

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

- materinya terlalu panjang
- Game nya kurang Asik.


Adinda Yuniar Ratna

***) Coret salah satu**

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LASEG

Hari, Tanggal Layanan :

Jenis Layanan : Bimbingan Perorangan / Kelompok *)

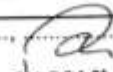
Pemberi Layanan : Pak Ane

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Gaya hidup dan kebutuhan pokok
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
pengertian Gaya hidup dan pengertian kebutuhan pokok
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Senang mendapat ilmu baru
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
akan melaksanakan Gaya hidup dan kebutuhan pokok yang baik
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
mengetahui Gaya hidup & kebutuhan pokok
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

materinya banyak, Tamanya dipertemuan selanjutnya
yang seru


Hani darma

***) Coret salah satu**

BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI SEMARANG

RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

Hari, Tanggal Layanan :
Jenis Layanan : Perorangan / Kelompok *)
Pemberi Layanan : Kak Arif

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Gaya hidup dan kebutuhan pokok
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Pengertian Gaya hidup dan pengertian kebutuhan pokok
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Senang karena mendapat ilmu yang baru
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Akan melaksanakan Gaya hidup dan kebutuhan pokok yang baik
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Mengetahui Gaya hidup dan kebutuhan pokok
6. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?
.....
.....

7. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?

Materinya banyak, Samanya diperlemukan selanjutnya yang seru

Akbar

***) Coret salah satu**

Lampiran 6 Lembar Angket *Pre-Test* Pemahaman Diri

**ANGKET PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII B
DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN (PRE-TEST)**

Identitas Responden

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Aisyah Pwilestari
3
VIII B

Petunjuk Pengisian!

Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini yang dianggap paling tepat dengan memberi tanda (√) pada pilihan SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) atau STS (Sangat Tidak Setuju)!

No.	Pernyataan	Pilihan			
		SS	S	TS	STS
Aspek Fisik					
1.	Saya mengenali kondisi tubuh saya dengan baik.	√			
2.	Saya tidak peduli dengan bentuk tubuh saya.	√			
3.	Saya dapat menggunakan anggota tubuh sesuai dengan fungsinya.		√		
4.	Saya merasa canggung bergaul dengan teman lain karena fisik saya.	√			
5.	Saya dapat menggunakan keterbatasan tubuh sesuai fungsinya.		√		
6.	Saya kurang percaya diri dengan keterbatasan fisik yang saya miliki.	√			
Aspek Psikis					
7.	Saya dapat bercanda dengan teman tanpa harus menyinggung perasaan.	√			

8.	Saya tidak tau apa yang membuat saya cemas.	<input checked="" type="checkbox"/>			
9.	Saya menyelesaikan suatu hal tanpa harus mengeluh.	<input checked="" type="checkbox"/>			
10.	Ditolak oleh teman bukanlah suatu masalah bagi saya.	<input checked="" type="checkbox"/>			
11.	Saya terampil mengambil suatu keputusan.		<input checked="" type="checkbox"/>		
12.	Saya sulit untuk mengenali perasaan saya.	<input checked="" type="checkbox"/>			
Aspek Minat					
13.	Biasanya, saya mengikuti kegiatan yang sesuai hobi saya.	<input checked="" type="checkbox"/>			
14.	Saya tidak peduli mengikuti kegiatan di sekitar saya.			<input checked="" type="checkbox"/>	
15.	Saya menyukai suatu hal karena dapat bermanfaat.	<input checked="" type="checkbox"/>			
16.	Saya memilih ekskul yang diikuti banyak teman dekat.		<input checked="" type="checkbox"/>		
Aspek Bakat					
17.	Saya mengetahui kemampuan saya.			<input checked="" type="checkbox"/>	
18.	Saya tidak tau keunggulan saya.		<input checked="" type="checkbox"/>		
19.	Saya dapat mengembangkan bakat karena dukungan dari orang tua.	<input checked="" type="checkbox"/>			
20.	Saya tidak ada waktu mengembangkan bakat saya.		<input checked="" type="checkbox"/>		
21.	Saya mempunyai kegiatan untuk menyalurkan bakat.		<input checked="" type="checkbox"/>		
22.	Dalam hal apa pun saya tidak terampil.		<input checked="" type="checkbox"/>		
Aspek Cita-Cita					
23.	Saya mempunyai cita-cita yang ingin saya wujudkan.	<input checked="" type="checkbox"/>			

24.	Saya tidak peduli dengan cita-cita.				
25.	Saya menyusun rencana nyata untuk mencapai impian.				
26.	Orang tua menuntut saya meraih impian.				
Aspek Kebutuhan Pokok					
27.	Saya mendapatkan kasih sayang dari kedua orang tua.				
28.	Saya tidak dinasehati orang tua ketika saya nakal.				
29.	Saya dapat mengenali kapan tubuh saya terasa lelah.				
30.	Saya tidak peduli dengan gizi makanan yang saya konsumsi.				
Aspek Gaya Hidup					
31.	Saya memiliki gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarga.				
32.	Saya memiliki gaya komsuntif yang menghabiskan banyak uang.				
33.	Saya mempunyai gaya hidup sesuai dengan keterampilan yang dimiliki.				
34.	Saya mempunyai gaya hidup yang tidak sehat, seperti bergadang.				

Pekalongan, September 2022

Keterangan:

Pilihan SS (Sangat Setuju) dengan skor 4

Pilihan S (Setuju) dengan skor 3

Pilihan TS (Tidak Setuju) dengan skor 2

Pilihan STS (Sangat Tidak Setuju) dengan skor 1

**ANGKET PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII B
DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN (PRE-TEST)**

Identitas Responden

Nama : Dina Ramadhani
No. Absen : 9
Kelas : 8 B.

Petunjuk Pengisian!

Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini yang dianggap paling tepat dengan memberi tanda (√) pada pilihan SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) atau STS (Sangat Tidak Setuju)!

No.	Pernyataan	Pilihan			
		SS	S	TS	STS
Aspek Fisik					
1.	Saya mengenali kondisi tubuh saya dengan baik.		✓		
2.	Saya tidak peduli dengan bentuk tubuh saya.		✓		
3.	Saya dapat menggunakan anggota tubuh sesuai dengan fungsinya.			✓	
4.	Saya merasa canggung bergaul dengan teman lain karena fisik saya.			✓	
5.	Saya dapat menggunakan keterbatasan tubuh sesuai fungsinya.		✓		
6.	Saya kurang percaya diri dengan keterbatasan fisik yang saya miliki.			✓	
Aspek Psikis					
7.	Saya dapat bercanda dengan teman tanpa harus menyinggung perasaan.			✓	

8.	Saya tidak tau apa yang membuat saya cemas.			✓	
9.	Saya menyelesaikan suatu hal tanpa harus mengeluh.		✓		
10.	Ditolak oleh teman bukanlah suatu masalah bagi saya.		✓		
11.	Saya terampil mengambil suatu keputusan.			✓	
12.	Saya sulit untuk mengenali perasaan saya.			✓	
Aspek Minat					
13.	Biasanya, saya mengikuti kegiatan yang sesuai hobi saya.				✓
14.	Saya tidak peduli mengikuti kegiatan di sekitar saya.				✓
15.	Saya menyukai suatu hal karena dapat bermanfaat.		✓		
16.	Saya memilih ekskul yang diikuti banyak teman dekat.		✓		
Aspek Bakat					
17.	Saya mengetahui kemampuan saya.			✓	
18.	Saya tidak tau keunggulan saya.			✓	
19.	Saya dapat mengembangkan bakat karena dukungan dari orang tua.			✓	
20.	Saya tidak ada waktu mengembangkan bakat saya.			✓	
21.	Saya mempunyai kegiatan untuk menyalurkan bakat.			✓	
22.	Dalam hal apa pun saya tidak terampil.				✓
Aspek Cita-Cita					
23.	Saya mempunyai cita-cita yang ingin saya wujudkan.	✓			

24.	Saya tidak peduli dengan cita-cita.				✓
25.	Saya menyusun rencana nyata untuk mencapai impian.	✓			
26.	Orang tua menuntut saya meraih impian.	✓			
Aspek Kebutuhan Pokok					
27.	Saya mendapatkan kasih sayang dari kedua orang tua.	✓			
28.	Saya tidak dinasehati orang tua ketika saya nakal.				✓
29.	Saya dapat mengenali kapan tubuh saya terasa lelah.	✓			
30.	Saya tidak peduli dengan gizi makanan yang saya konsumsi.	✓			
Aspek Gaya Hidup					
31.	Saya memiliki gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarga.	✓			
32.	Saya memiliki gaya komsuntif yang menghabiskan banyak uang.			✓	
33.	Saya mempunyai gaya hidup sesuai dengan keterampilan yang dimiliki.	✓			
34.	Saya mempunyai gaya hidup yang tidak sehat, seperti bergadang.	✓			

Pekalongan, September 2022

Keterangan:

Pilihan SS (Sangat Setuju) dengan skor 4

Pilihan S (Setuju) dengan skor 3

Pilihan TS (Tidak Setuju) dengan skor 2

Pilihan STS (Sangat Tidak Setuju) dengan skor 1

Lampiran 7 Lembar Angket *Post-Test* Pemahaman Diri

**ANGKET PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII B
DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN (POST-TEST)**

Identitas Responden

Nama : *Isfah Luma*
 No. Absen : *14*
 Kelas : *VIII B*

Petunjuk Pengisian!

Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini yang dianggap paling tepat dengan memberi tanda (✓) pada pilihan SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) atau STS (Sangat Tidak Setuju)!

No.	Pernyataan	Pilihan			
		SS	S	TS	STS
Aspek Fisik					
1.	Saya mengenali kondisi tubuh saya dengan baik.		✓		
2.	Saya tidak peduli dengan bentuk tubuh saya.		✓		
3.	Saya dapat menggunakan anggota tubuh sesuai dengan fungsinya.		✓		
4.	Saya merasa canggung bergaul dengan teman lain karena fisik saya.			✓	
5.	Saya kurang percaya diri dengan keterbatasan fisik yang saya miliki.		✓		
Aspek Psikis					
6.	Saya dapat bercanda dengan teman tanpa harus menyinggung perasaan.		✓		
7.	Saya tidak tau apa yang membuat saya cemas.			✓	

8.	Saya menyelesaikan suatu hal tanpa harus mengeluh.		✓		
9.	Saya terampil mengambil suatu keputusan.		✓		
Aspek Minat					
10.	Biasanya, saya mengikuti kegiatan yang sesuai hobi saya.		✓		
11.	Saya menyukai suatu hal karena dapat bermanfaat.		✓		
12.	Saya memilih ekskul yang diikuti banyak teman dekat.		✓		
Aspek Bakat					
13.	Saya mengetahui kemampuan saya.		✓		
14.	Saya tidak tau keunggulan saya.			✓	
15.	Saya dapat mengembangkan bakat karena dukungan dari orang tua.		✓		
16.	Dalam hal apa pun saya tidak terampil.		✓		
Aspek Cita-Cita					
17.	Saya menyusun rencana nyata untuk mencapai impian.		✓		
18.	Orang tua menuntut saya meraih impian.		✓		
Aspek Kebutuhan Pokok					
19.	Saya tidak dinasehati orang tua ketika saya nakal.				✓
20.	Saya dapat mengenali kapan tubuh saya terasa lelah.		✓		
21.	Saya tidak peduli dengan gizi makanan yang saya konsumsi.			✓	
Aspek Gaya Hidup					
22.	Saya memiliki gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarga.		✓		

23.	Saya mempunyai gaya hidup sesuai dengan keterampilan yang dimiliki.		✓		
24.	Saya mempunyai gaya hidup yang tidak sehat, seperti bergadang.			✓	

Pekalongan, September 2022

Keterangan:

Pilihan SS (Sangat Setuju) dengan skor 4

Pilihan S (Setuju) dengan skor 3

Pilihan TS (Tidak Setuju) dengan skor 2

Pilihan STS (Sangat Tidak Setuju) dengan skor 1

**ANGKET PEMAHAMAN DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII B
DI SMP NEGERI 6 PEKALONGAN (POST-TEST)**

Identitas Responden

Nama : Hafzan AByanRauf Pratama
No. Absen : 32
Kelas : 8 B

Petunjuk Pengisian!

Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini yang dianggap paling tepat dengan memberi tanda (√) pada pilihan SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) atau STS (Sangat Tidak Setuju)!

No.	Pernyataan	Pilihan			
		SS	S	TS	STS
Aspek Fisik					
1.	Saya mengenali kondisi tubuh saya dengan baik.	✓			
2.	Saya tidak peduli dengan bentuk tubuh saya.	✓			
3.	Saya dapat menggunakan anggota tubuh sesuai dengan fungsinya.	✓			
4.	Saya merasa canggung bergaul dengan teman lain karena fisik saya.			✓	
5.	Saya kurang percaya diri dengan keterbatasan fisik yang saya miliki.			✓	
Aspek Psikis					
6.	Saya dapat bercanda dengan teman tanpa harus menyinggung perasaan.	✓			
7.	Saya tidak tau apa yang membuat saya cemas.		✓		

8.	Saya menyelesaikan suatu hal tanpa harus mengeluh	✓			
9.	Saya terampil mengambil suatu keputusan.	✓			
Aspek Minat					
10.	Biasanya, saya mengikuti kegiatan yang sesuai hobi saya.	✓			
11.	Saya menyukai suatu hal karena dapat bermanfaat.	✓			
12.	Saya memilih ekskul yang diikuti banyak teman dekat.	✓			
Aspek Bakat					
13.	Saya mengetahui kemampuan saya.	✓			
14.	Saya tidak tau keunggulan saya.		✓		
15.	Saya dapat mengembangkan bakat karena dukungan dari orang tua.	✓			
16.	Dalam hal apa pun saya tidak terampil.		✓		
Aspek Cita-Cita					
17.	Saya menyusun rencana nyata untuk mencapai impian.	✓			
18.	Orang tua menuntut saya meraih impian.	✓			
Aspek Kebutuhan Pokok					
19.	Saya tidak dinasehati orang tua ketika saya nakal.		✓		
20.	Saya dapat mengenali kapan tubuh saya terasa lelah.	✓			
21.	Saya tidak peduli dengan gizi makanan yang saya konsumsi.		✓		
Aspek Gaya Hidup					
22.	Saya memiliki gaya hidup sesuai dengan latar belakang keluarga.	✓			

23.	Saya mempunyai gaya hidup sesuai dengan keterampilan yang dimiliki.	✓			
24.	Saya mempunyai gaya hidup yang tidak sehat, seperti bergadang.		✓		

Pekalongan, September 2022

Keterangan:

Pilihan SS (Sangat Setuju) dengan skor 4

Pilihan S (Setuju) dengan skor 3

Pilihan TS (Tidak Setuju) dengan skor 2

Pilihan STS (Sangat Tidak Setuju) dengan skor 1

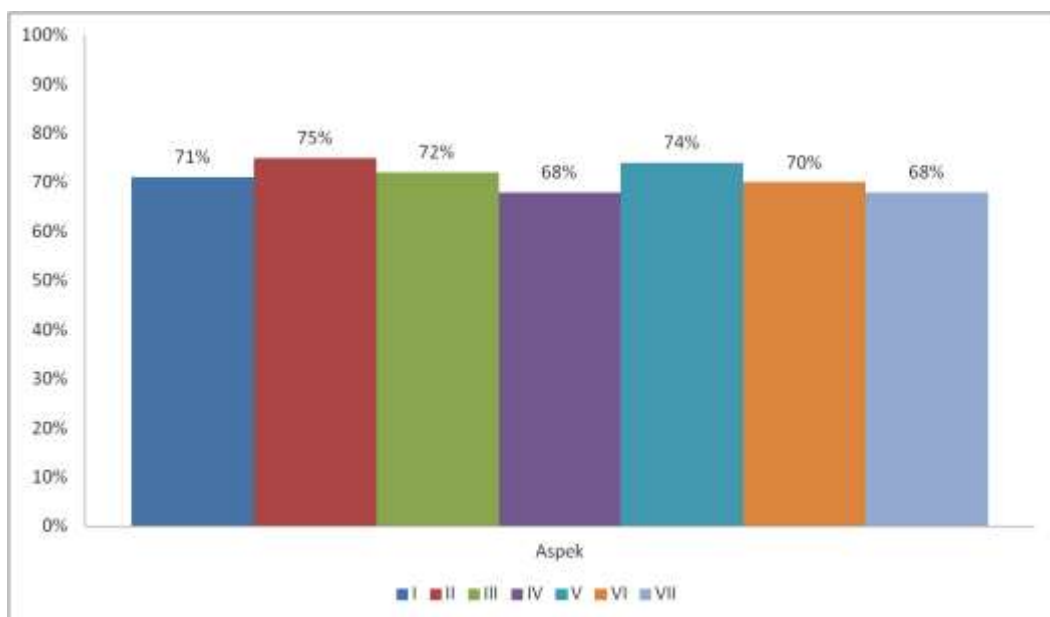
Lampiran 8 Hasil Angket *Pre-Test* Pemahaman Diri

No.	Nama/Kode	Item																																		
		1	2	3	4	5	6	1	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	IV	
1	VIII/1	4	4	4	3	3	1	19	4	2	3	4	4	2	19	4	2	4	3	13	4	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	16	
2	VIII/2	4	4	3	2	3	3	19	3	4	3	4	3	3	20	4	1	4	3	12	4	3	4	2	3	3	3	19								
3	VIII/3	4	4	3	4	3	4	22	4	4	4	4	3	4	23	4	2	4	3	13	2	3	4	3	3	3	18									
4	VIII/4	4	4	4	4	4	2	22	4	3	4	3	4	3	21	3	1	4	4	12	4	3	4	1	4	1	17									
5	VIII/5	4	3	2	2	3	2	16	4	2	3	3	4	2	17	3	2	4	3	12	2	3	3	2	2	1	13									
6	VIII/6	4	2	3	2	3	1	15	2	2	3	4	4	2	17	2	2	3	10	4	2	4	1	3	1	15										
7	VIII/7	3	2	4	2	3	3	17	3	2	3	3	3	2	16	2	4	4	14	3	2	4	2	3	2	16										
8	VIII/8	3	3	3	1	3	2	15	2	4	3	4	3	4	20	2	1	4	2	9	1	4	4	1	3	1	14									
9	VIII/9	3	3	2	2	3	2	15	2	2	3	3	2	2	14	1	1	3	8	2	2	2	2	2	1	11										
10	VIII/10	3	1	2	1	3	3	13	2	3	2	2	2	2	14	4	2	4	1	11	4	2	3	3	2	2	16									
11	VIII/11	3	2	2	1	4	2	14	3	3	2	2	2	2	14	4	2	2	10	3	2	4	2	4	1	16										
12	VIII/12	3	2	2	2	2	3	14	2	3	4	2	4	3	18	4	3	4	15	3	3	4	2	3	2	17										
13	VIII/13	3	2	2	1	3	2	13	3	3	2	2	3	2	15	4	2	3	2	11	3	2	4	2	4	1	16									
14	VIII/14	4	2	2	2	2	2	14	3	2	2	3	2	4	16	1	2	4	9	2	3	3	2	2	2	14										
15	VIII/15	4	2	4	2	3	4	19	4	3	3	3	4	3	20	4	2	4	13	4	3	4	3	4	2	20										
16	VIII/16	4	4	4	2	4	1	19	4	2	3	3	2	17	4	1	4	1	10	3	3	4	1	4	1	16										
17	VIII/17	4	4	4	2	3	3	20	2	3	2	3	4	4	17	2	3	1	8	3	2	2	2	3	2	14										
18	VIII/18	4	4	3	2	3	2	18	3	3	4	3	3	4	20	3	1	4	11	4	3	4	2	3	2	18										
19	VIII/19	3	2	3	2	3	1	14	3	2	3	3	2	2	15	4	2	3	2	11	4	2	3	2	4	2	17									
20	VIII/20	4	4	4	2	2	3	19	3	3	3	3	2	3	17	4	3	4	13	2	2	2	2	3	2	13										
21	VIII/21	4	3	4	4	3	2	20	4	4	1	2	4	4	19	4	2	3	12	2	2	2	2	3	2	14										
22	VIII/22	3	2	3	3	3	3	17	3	4	4	4	3	4	22	4	4	3	15	4	3	3	2	3	3	18										
23	VIII/23	3	2	4	1	3	4	17	1	3	3	4	3	2	16	1	3	4	12	3	2	4	2	3	2	16										
24	VIII/24	4	2	3	2	3	4	18	3	4	3	2	4	2	18	4	1	4	12	4	3	4	3	2	2	18										
25	VIII/25	4	3	4	3	3	2	19	2	4	3	4	3	4	20	1	1	4	7	3	2	3	1	3	1	13										
26	VIII/26	3	2	3	2	3	2	15	3	3	2	3	3	2	16	3	3	3	12	3	2	3	3	3	2	16										
27	VIII/27	4	3	4	4	1	2	18	4	4	4	3	3	2	20	4	2	4	13	4	4	4	1	3	2	18										
28	VIII/28	4	3	4	3	1	2	17	4	2	4	3	3	2	18	4	2	3	13	4	4	4	4	1	4	2	19									
29	VIII/29	3	2	4	2	2	3	16	4	3	4	2	4	3	20	4	3	4	15	4	4	4	2	3	2	19										
30	VIII/30	4	3	3	1	3	3	17	3	2	3	4	3	3	18	3	1	4	11	4	4	4	2	4	1	3	18									
31	VIII/31	4	4	4	2	1	4	19	3	4	3	4	3	4	20	3	1	4	11	4	4	4	4	1	3	20										
32	VIII/32	3	2	2	3	3	3	16	2	2	3	4	4	3	18	2	2	3	9	3	2	3	2	3	2	15										
Jumlah	115	89	102	71	89	80	80	546	96	94	96	100	99	90	575	100	64	114	89	367	103	87	110	66	95	59	520									
Percentase	90%	70%	80%	55%	70%	63%	63%	71%	75%	73%	75%	78%	77%	70%	75%	78%	50%	89%	70%	72%	80%	68%	86%	52%	74%	46%	68%									
Kategori	SB	B	B	C	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	C	SB	B	B	B	B	SB	C	B	C	B	B								

23	24	25	26	V	27	28	29	30	VI	31	32	33	34	VII	Jumlah	Nilai	Persentase	Kategori
4	1	4	4	13	4	4	4	2	14	4	3	3	3	13	107	79	79%	Baik
3	3	4	4	14	4	4	4	3	15	3	2	4	2	11	110	81	81%	Baik
4	3	4	4	15	4	2	4	3	13	4	1	3	3	11	115	85	85%	Sangat Baik
4	1	4	4	13	4	3	3	1	11	4	3	4	3	14	110	81	81%	Baik
4	1	3	3	11	4	1	4	3	12	3	1	3	3	10	91	67	67%	Baik
4	1	4	3	12	4	1	3	1	9	2	2	3	1	8	86	63	63%	Baik
4	1	4	3	12	4	2	3	1	10	2	1	3	1	7	92	68	68%	Baik
4	1	4	2	11	4	3	4	1	12	2	2	1	2	7	88	65	65%	Baik
4	1	3	3	11	3	1	3	3	10	3	2	3	3	11	80	59	59%	Cukup
3	1	3	3	10	4	1	3	1	9	2	3	3	3	11	84	62	62%	Baik
2	4	2	4	12	4	1	4	2	11	2	2	4	1	9	86	63	63%	Baik
4	1	4	4	13	4	1	3	3	11	4	1	3	2	10	98	72	72%	Baik
4	1	3	3	11	4	1	3	2	10	4	2	3	2	11	87	64	64%	Baik
3	2	2	3	10	2	2	1	3	8	3	2	2	2	9	80	59	59%	Cukup
4	1	4	4	13	3	3	4	3	13	3	1	3	4	11	109	80	80%	Baik
4	1	4	3	12	4	1	4	3	12	4	1	4	1	10	96	71	71%	Baik
4	1	3	3	11	4	1	2	2	9	3	1	3	2	9	88	65	65%	Baik
4	1	4	4	13	4	2	3	2	11	3	3	4	3	13	104	76	76%	Baik
4	1	3	3	11	4	1	4	1	10	4	1	4	1	10	88	65	65%	Baik
4	1	4	4	13	4	1	3	3	11	4	2	3	3	12	98	72	72%	Baik
4	1	3	1	9	1	4	4	4	13	4	2	3	1	10	97	71	71%	Baik
3	2	3	3	11	3	2	3	4	12	3	3	3	2	11	106	78	78%	Baik
4	2	4	4	14	4	3	3	4	14	4	3	4	4	15	104	76	76%	Baik
4	1	4	3	12	4	1	4	4	13	4	2	4	4	14	105	77	77%	Baik
4	1	4	4	13	4	1	3	2	10	3	1	3	3	10	92	68	68%	Baik
3	2	1	3	9	3	2	2	2	9	3	2	3	3	11	88	65	65%	Baik
4	1	4	3	12	4	1	3	4	12	3	2	4	3	12	105	77	77%	Baik
4	1	4	4	13	4	1	4	2	11	3	2	4	2	11	102	75	75%	Baik
4	1	4	4	13	4	1	3	3	11	4	1	3	4	12	106	78	78%	Baik
1	2	4	3	10	2	3	4	4	13	3	3	4	2	12	99	73	73%	Baik
1	2	4	4	11	2	3	4	4	13	3	3	4	2	12	106	78	78%	Baik
3	1	3	3	10	3	1	2	2	8	3	3	3	2	11	87	64	64%	Baik
114	45	112	107	378	114	59	105	82	360	103	63	105	77	348				
89%	35%	88%	84%	74%	89%	46%	82%	64%	70%	80%	49%	82%	60%	68%			71%	Baik
SB	K	SB	SB	B	SB	C	SB	B	B	B	C	SB	C	B				Baik

Hasil *Pre-Test* Pemahaman Diri Peserta Didik Kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan Tiap Aspek

No.	Aspek	Persentase	Kategori
1	I	71%	Baik
2	II	75%	Baik
3	III	72%	Baik
4	IV	68%	Baik
5	V	74%	Baik
6	VI	70%	Baik
7	VII	68%	Baik
Rata-Rata Persentase		71%	Baik



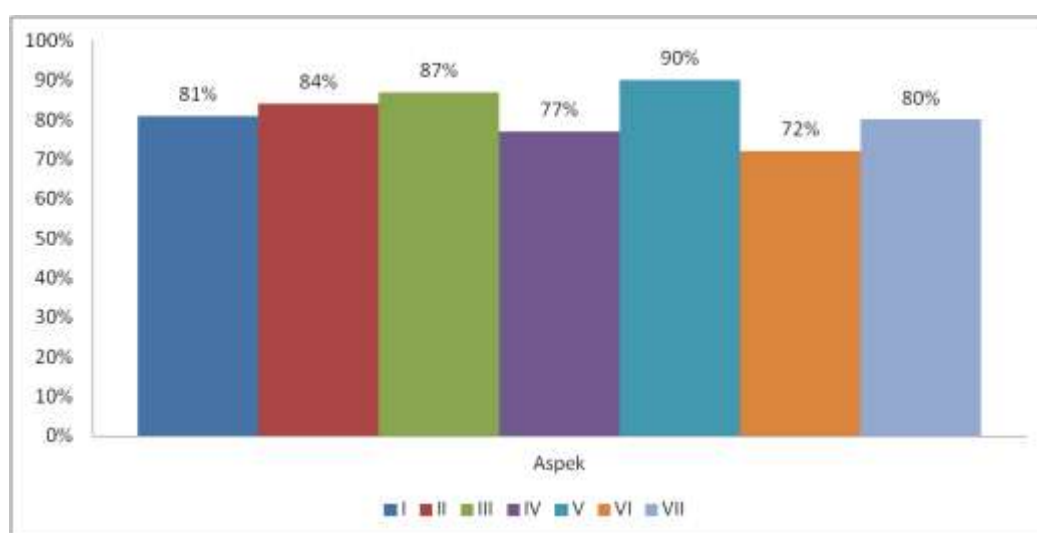
Lampiran 9 Hasil Angket *Post-Test* Pemahaman Diri

No.	Nama/Kode	Item																			
		1	2	3	4	5	1	6	7	8	9	11	12	13	14	15	16	IV			
1	VIII/1	4	4	4	3	2	17	4	3	4	4	4	3	11	4	3	4	2	13		
2	VIII/2	4	4	4	3	3	18	4	3	4	4	4	15	4	3	4	2	13			
3	VIII/3	4	4	4	3	3	18	4	3	4	4	4	15	4	3	4	3	14			
4	VIII/4	4	4	4	3	3	18	4	3	4	4	4	15	4	2	4	3	13			
5	VIII/5	4	3	4	2	3	16	4	3	4	3	4	14	3	3	3	2	11			
6	VIII/6	4	2	3	3	3	15	3	3	3	4	13	3	3	4	2	12				
7	VIII/7	3	3	4	3	3	16	4	3	3	3	13	3	3	3	2	11				
8	VIII/8	4	3	4	2	3	16	3	2	4	3	12	3	2	4	2	11				
9	VIII/9	3	2	3	2	2	12	3	3	3	3	12	3	3	3	2	11				
10	VIII/10	4	3	3	3	3	16	3	2	3	3	11	4	3	3	3	13				
11	VIII/11	4	3	3	3	3	16	3	3	3	3	12	4	3	3	3	12				
12	VIII/12	4	2	3	3	3	15	4	3	4	4	15	4	2	4	2	11				
13	VIII/13	4	3	4	3	2	16	3	3	3	3	13	3	3	3	2	12				
14	VIII/14	3	3	3	2	3	14	3	2	3	3	11	3	2	3	3	11				
15	VIII/15	4	3	4	3	2	16	4	3	4	4	15	4	3	4	2	13				
16	VIII/16	3	4	3	3	3	16	3	3	3	3	12	4	3	3	3	11				
17	VIII/17	4	4	4	3	3	18	3	3	3	3	12	3	3	3	2	11				
18	VIII/18	4	3	3	2	3	15	3	3	4	3	13	3	4	3	4	14				
19	VIII/19	3	3	4	3	3	16	4	3	3	3	13	3	3	3	2	12				
20	VIII/20	4	4	3	3	3	17	3	3	3	3	12	4	3	3	2	11				
21	VIII/21	4	3	3	3	2	15	4	2	3	4	13	4	4	4	2	13				
22	VIII/22	4	4	3	2	3	16	3	3	3	3	12	4	2	3	3	12				
23	VIII/23	3	3	4	2	2	14	3	3	3	3	12	3	2	4	3	12				
24	VIII/24	4	3	3	3	3	16	4	3	3	4	14	4	3	4	2	13				
25	VIII/25	4	3	4	2	3	16	3	3	4	3	13	3	3	3	2	11				
26	VIII/26	3	3	3	3	2	14	3	3	3	3	12	3	2	4	2	12				
27	VIII/27	4	4	4	2	3	17	4	3	3	4	14	4	3	4	3	14				
28	VIII/28	4	4	4	3	2	17	4	3	3	4	14	4	2	4	2	12				
29	VIII/29	4	4	4	3	3	18	4	4	4	4	16	4	2	4	2	12				
30	VIII/30	4	4	4	2	3	17	4	3	4	4	15	4	3	4	3	14				
31	VIII/31	4	4	4	3	3	18	4	3	4	4	15	4	3	4	2	13				
32	VIII/32	4	4	4	3	3	18	4	3	4	4	15	4	3	4	3	14				
Jumlah		121	107	115	86	88	517	113	93	112	110	428	115	114	105	334	116	85	115	76	392
Persentase		95%	84%	90%	67%	69%	81%	88%	73%	88%	86%	84%	90%	89%	82%	87%	91%	66%	90%	59%	77%
Kategori		SB	SB	SB	B	B	B	SB	B	SB	SB	SB	SB	SB	SB	SB	SB	B	SB	C	B

17	18	V	19	20	21	VI	22	23	24	VII	Jumlah	Nilai	Persentase	Kategori
4	4	8	3	4	2	9	4	4	3	11	84	88	88%	Sangat Baik
4	4	8	3	4	2	9	4	4	3	11	85	89	89%	Sangat Baik
4	4	8	3	4	2	9	4	4	2	10	85	89	89%	Sangat Baik
4	4	8	3	3	3	8	4	4	2	10	84	88	88%	Sangat Baik
3	3	6	2	4	3	9	3	3	2	8	74	77	77%	Baik
4	3	7	3	4	3	10	4	4	2	10	76	79	79%	Baik
3	3	6	2	3	2	7	4	4	2	10	73	76	76%	Baik
4	3	7	2	4	2	8	3	3	4	10	74	77	77%	Baik
3	3	6	3	4	3	10	3	3	2	8	68	71	71%	Baik
4	3	7	2	4	2	8	4	3	3	10	75	78	78%	Baik
3	4	7	2	4	3	9	3	3	3	9	75	78	78%	Baik
4	4	8	1	3	2	6	4	3	2	9	76	79	79%	Baik
4	3	7	3	4	2	9	3	3	2	8	74	77	77%	Baik
3	3	6	1	3	2	6	3	3	2	8	65	68	68%	Baik
4	4	8	2	4	2	8	3	3	2	8	79	82	82%	Sangat Baik
3	3	6	2	3	3	8	4	3	3	10	73	76	76%	Baik
3	3	6	2	4	3	9	3	4	2	9	74	77	77%	Baik
4	4	8	2	3	2	7	3	3	2	8	75	78	78%	Baik
3	3	6	2	4	2	8	4	4	3	11	75	78	78%	Baik
4	4	8	3	3	3	9	3	3	2	8	75	78	78%	Baik
3	3	6	2	4	2	8	4	4	2	10	76	79	79%	Baik
4	3	7	2	4	3	9	4	3	3	10	77	80	80%	Baik
4	4	8	2	4	2	8	4	4	2	10	75	78	78%	Baik
3	3	6	3	4	2	9	4	4	2	10	78	81	81%	Sangat Baik
4	4	8	2	4	3	9	3	4	3	10	77	80	80%	Baik
4	3	7	2	4	3	9	3	4	2	9	72	75	75%	Baik
4	3	7	3	4	3	10	4	4	2	10	84	88	88%	Sangat Baik
4	4	8	3	4	3	10	3	4	3	10	82	85	85%	Sangat Baik
4	4	8	3	4	3	10	4	4	2	10	86	90	90%	Sangat Baik
4	4	8	2	4	2	8	4	4	2	10	83	86	86%	Sangat Baik
4	4	8	3	4	2	9	4	4	3	11	86	90	90%	Sangat Baik
4	4	8	3	4	3	10	4	4	3	11	88	92	92%	Sangat Baik
118	112	230	75	121	79	275	115	115	77	307				
92%	88%	90%	59%	95%	62%	72%	90%	90%	60%	80%			81%	Sangat Baik
SB	SB	SB	C	SB	B	B	SB	SB	C	B				

Hasil *Post-Test* Pemahaman Diri Peserta Didik Kelas VIII B SMP Negeri 6 Pekalongan Tiap Aspek

No.	Aspek	Persentase	Kategori
1	I	81%	Sangat baik
2	II	84%	Sangat baik
3	III	87%	Sangat baik
4	IV	77%	Baik
5	V	90%	Sangat baik
6	VI	72%	Baik
7	VII	80%	Baik
Rata-Rata Persentase		81%	Sangat baik



Item														
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
3	4	2	4	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	2
3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3
3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3
4	4	3	4	1	4	1	4	1	4	4	4	3	3	1
3	2	3	3	2	2	1	4	1	3	3	4	1	4	3
3	4	2	4	1	3	1	4	1	4	3	4	1	3	1
4	3	2	4	2	3	2	4	1	4	3	4	2	3	1
2	1	4	4	1	3	1	4	1	4	2	4	3	4	1
3	2	2	2	2	2	1	4	1	3	3	3	1	3	3
1	4	2	3	3	2	2	3	1	3	3	4	1	3	1
2	3	2	4	2	4	1	2	4	2	4	4	1	4	2
4	3	3	4	2	3	2	4	1	4	4	4	1	3	3
2	3	2	4	2	4	1	4	1	3	3	4	1	3	2
2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	3
3	4	3	4	3	4	2	4	1	4	4	3	3	4	3
1	3	3	4	1	4	1	4	1	4	3	4	1	4	3
2	3	2	2	2	3	2	4	1	3	3	4	1	2	2
3	4	3	4	2	3	2	4	1	4	4	4	2	3	2
2	4	2	3	2	4	2	4	1	3	3	4	1	4	1
2	2	2	2	2	3	2	4	1	4	4	4	1	3	3
3	2	2	2	3	3	2	4	1	3	1	1	4	4	4
3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4
4	3	2	4	2	3	2	4	2	4	4	4	3	3	4
3	4	3	4	3	2	2	4	1	4	3	4	1	4	4
1	3	2	3	1	3	1	4	1	4	4	4	1	3	2
3	3	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	2	2	2
4	4	4	4	1	3	2	4	1	4	3	4	1	3	4
4	4	4	4	1	4	2	4	1	4	4	4	1	4	2
4	4	4	4	2	3	2	4	1	4	4	4	1	3	3
3	4	4	2	4	1	3	1	2	4	3	2	3	4	4
3	4	4	4	4	1	3	1	2	4	4	2	3	4	4
2	3	2	3	2	3	2	3	1	3	3	3	1	2	2
89	103	87	110	66	95	59	114	45	112	107	114	59	105	82
0,5345	0,4264	0,4764	0,4332	0,1117	0,1263	0,4667	0,0454	0,1477	0,6151	0,4745	0,0926	0,4631	0,4493	0,4346
0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361	0,361
V	V	V	V	TV	TV	V	TV	TV	V	V	TV	V	V	V
0,8216	0,7571	0,5958	0,5766	0,7056	0,6764	0,4587	0,7056	0,5716	0,5806	0,4909	0,6411	1,1038	0,5958	1,0927
0,786161999														

				Jumlah	Persentase	Kategori
31	32	33	34			
4	3	3	3	107	79%	Baik
3	2	4	2	110	81%	Baik
4	1	3	3	115	85%	Sangat Baik
4	3	4	3	110	81%	Baik
3	1	3	3	91	67%	Baik
2	2	3	1	86	63%	Baik
2	1	3	1	92	68%	Baik
2	2	1	2	88	65%	Baik
3	2	3	3	80	59%	Cukup
2	3	3	3	84	62%	Baik
2	2	4	1	86	63%	Baik
4	1	3	2	98	72%	Baik
4	2	3	2	87	64%	Baik
3	2	2	2	80	59%	Cukup
3	1	3	4	109	80%	Baik
4	1	4	1	96	71%	Baik
3	1	3	2	88	65%	Baik
3	3	4	3	104	76%	Baik
4	1	4	1	88	65%	Baik
4	2	3	3	98	72%	Baik
4	2	3	1	97	71%	Baik
3	3	3	2	106	78%	Baik
4	3	4	4	104	76%	Baik
4	2	4	4	105	77%	Baik
3	1	3	3	92	68%	Baik
3	2	3	3	88	65%	Baik
3	2	4	3	105	77%	Baik
3	2	4	2	102	75%	Baik
4	1	3	4	106	78%	Baik
3	3	4	2	99	73%	Baik
3	3	4	2	106	78%	Baik
3	3	3	2	87	64%	Baik
103	63	105	77	3094	71%	Baik
0,4556	0,1202	0,4261	0,4162			
0,361	0,361	0,361	0,361	96,86694		Total Varian
V	TV	V	V			
0,499	0,6119	0,4667	0,8942	22,95363		Jumlah Varian

Hasil Uji Reliabilitas

Nilai Alpha	Nilai Reliabel	kesimpulan
0,60	0,79	Reliabel

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		32
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,28901625
Most Extreme Differences	Absolute	,102
	Positive	,102
	Negative	-,083
Test Statistic		,102
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil	Based on Mean	2,608	1	62	,111
	Based on Median	3,110	1	62	,083
	Based on Median and with adjusted df	3,110	1	59,961	,083
	Based on trimmed mean	2,558	1	62	,115

ANOVA

Hasil

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1501,563	1	1501,563	34,603	,000
Within Groups	2690,438	62	43,394		
Total	4192,000	63			

Lampiran 11 Hasil Uji Hipotesis

Hasil Uji Hipotesis

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre-Test	71,16	32	7,194	1,272
	Post-Test	80,84	32	5,919	1,046

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre-Test & Post-Test	32	,689	,000

Paired Samples Test

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre-Test - Post-Test	-9,687	5,300	,937	-11,598	-7,777	-10,339	31	,000

Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian



Gambar 1 SMP Negeri 6 Pekalongan Tampak dari Depan



Gambar 2 Ruang Guru BK



Gambar 3 Bimbingan Kelompok Pertemuan Ke-1



Gambar 4 Bimbingan Kelompok Pertemuan Ke-2



Gambar 5 Bimbingan Kelompok Pertemuan Ke-3



Gambar 6 Bimbingan Kelompok Pertemuan Ke-4



Gambar 7 Bimbingan Kelompok Pertemuan Ke-5



Gambar 8 Pengisian Angket *Pre-Test*



Gambar 9 Pengisian Angket *Post-Test*



Gambar 10 Pengisian Lembar Laiseg



Gambar 11 Wawancara Guru BK

Lampiran 13 Rekapitulasi Bimbingan Dosen I

Lampiran 14 Rekapitulasi Bimbingan Dosen II