

# **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## Lampiran 1. Daftar Terjemah

**Daftar Terjemah**

<b>NO</b>	<b>Hal</b>	<b>Keterangan</b>	<b>Terjemah</b>
1	2	Al-Quran Surah Ali Imran ayat 139	Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang yang beriman.

## Lampiran 2. Skala Kepercayaan Diri, Hasil Validitas dan Reliabilitas

**SKALA KEPERCAYAAN DIRI SISWA****Pengantar:**

1. Skala ini digunakan untuk mengetahui kepercayaan diri dalam bidang akademik atau nonakademik di MAN Barito Utara.
2. Pengisian skala ini tidak mempengaruhi nilai siswa terhadap mata pelajaran manapun.
3. Jawaban yang siswa berikan akan terjaga kerahasiaannya, oleh karena itu siswa diharapkan untuk mengisi skala ini dengan sejujur-jujurnya.

**Petunjuk Pengisian Skala:**

Siswa mengisi identitas terlebih dahulu, setelah itu membaca butir-butir pernyataan pada kolom pernyataan dengan cermat dan teliti. Setelah siswa memahami pernyataan tersebut, kemudian berilah tanda *checklist* (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan masing-masing.

**Contoh:**

Apabila pernyataan ini setuju Anda lakukan, berikan tanda *checklist* (✓) pada kolom setuju.

NO	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang-Kadang	Tidak Pernah
1	Saya merasa tidak percaya diri dengan kondisi tubuh saya sekarang		✓		

**1. Identitas Diri Siswa**

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

**2. Daftar Pernyataan**

NO	Pernyataan	Selalu	Sering	Kadang-Kadang	Tidak Pernah
1	Saya merasa tidak percaya diri dengan kondisi tubuh saya sekarang				
2	Saya menerima kritikan dari orang lain demi kebaikan saya				
3	Saya akan mengikuti kemampuan orang lain agar saya dapat diterima mereka				
4	Saya masih dapat menyelesaikan tugas dengan baik walaupun sedang ada masalah pribadi				
5	Saya menganggap diri saya sama dengan orang lain yang saya idolakan				
6	Jika saya telah mengerjakan sesuatu, saya berusaha mencari umpan balik atas hasil kerja saya				

7	Saya menyadari bahwa kemampuan saya dapat menjadi yang terbaik				
8	Saya tetap tenang dalam menghadapi orang yang sedang marah pada saya				
9	Saya menganggap bahwa penampilan menarik itu penting				
10	Saya lebih semangat dalam mengerjakan tugas bila mendapatkan pujian terlebih dahulu dari teman				
11	Saya menyadari kegagalan dalam menyelesaikan tugas karena keterbatasan yang saya miliki				
12	Jika saya gagal dalam melaksanakan sesuatu saya akan mencobanya hingga berhasil				
13	Saya merasa tidak banyak hal yang dapat saya banggakan dalam diri saya				
14	Saya tidak memerlukan hadiah untuk dapat mencapai ranking tinggi				
15	Saya selalu membuat rencana-rencana sesuai dengan kemampuan saya				
16	Saya akan mengerjakan setiap tugas tanpa harus menunggu petunjuk dari orang lain				
17	Saya sangat bangga dengan postur tubuh saya sehingga saya selalu mengatur pola makan saya				
18	Saya lebih baik berbohong dari pada kesalahan saya diketahui orang lain				
19	Saya akan menolak ajakan teman-teman sewaktu saya sedang menyelesaikan tugas				
20	Saya biasa melakukan segala sesuatu dengan meminta bantuan orang lain				
21	Saya merasa puas dengan keadaan fisik saya saat ini				

22	Bagi saya kritikan dapat membuat saya menjadi pesimis				
23	Saya mudah dibujuk orang lain				
24	Saya menyadari bahwa dalam setiap kegagalan yang saya lakukan bersumber pada diri saya sendiri				
25	Saya selalu merawat tubuh supaya tetap terawat seperti sekarang				
26	Pantang bagi saya untuk mencontek walaupun kesempatan terbuka lebar				
27	Setiap jadwal kegiatan harus dipatuhi seperti target yang ditentukandapat tercapai tepat waktu				
28	Saya dapat melakukan hal yang terbaik untuk masa depan saya				
29	Saya tidak malu walaupun fisik saya berbeda dengan orang lain				
30	Saya tidak putus asa ketika pendapat saya ditolak orang lain				
31	Saya akan ikut teman-teman pergi tanpa tujuan yang jelas daripada saya dikucilkan				
32	Saya menganggap orang lain itu adalah saingan saya				
33	Saya beranggapan penampilan saya tidak sebaik orang lain				
34	Saya merasa teman-teman lebih menyukai berteman dengan orang lain daripada dengan saya				
35	Dalam menjalani kehidupan saya menyukai hal yang tidak dihambat oleh rencana				
36	Saya tidak biasa memetik pelajaran berharga terhadap segala masalah datang pada saya				
37	Saya merasa tidak senang bila penampilan orang lain lebih baik dari saya				
38	Saya akan tersinggung bila saya mendengar komentar orang lain tentang diri saya				

39	Saya banyak membuang waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak berguna				
40	Jika saya tidak berhasil melakukan sesuatu hal, itu sudah menjadi nasib saya				

### Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri

NO	Pernyataan	r hitung	r Tabel	Keterangan
1	Saya merasa tidak percaya diri dengan kondisi tubuh saya sekarang	0,349	0,781	Valid
2	Saya menerima kritikan dari orang lain demi kebaikan saya	0,349	0,452	Valid
3	Saya akan mengikuti kemampuan orang lain agar saya dapat diterima mereka	0,349	0,681	Valid
4	Saya masih dapat menyelesaikan tugas dengan baik walaupun sedang ada masalah pribadi	0,349	0,452	Valid
5	Saya menganggap diri saya sama dengan orang lain yang saya idolakan	0,349	0,649	Valid
6	Jika saya telah mengerjakan sesuatu, saya berusaha mencari umpan balik atas hasil kerja saya	0,349	0,649	Valid
7	Saya menyadari bahwa kemampuan saya dapat menjadi yang terbaik	0,349	0,781	Valid
8	Saya tetap tenang dalam menghadapi orang yang sedang marah pada saya	0,349	0,391	Valid
9	Saya menganggap bahwa penampilan menarik itu penting	0,349	0,519	Valid
10	Saya lebih semangat dalam mengerjakan tugas bila mendapatkan pujian terlebih dahulu dari teman	0,349	0,463	Valid
11	Saya menyadari kegagalan dalam menyelesaikan tugas karena keterbatasan yang saya miliki	0,349	0,704	Valid
12	Jika saya gagal dalam melaksanakan sesuatu saya akan mencobanya hingga berhasil	0,349	0,681	Valid

13	Saya merasa tidak banyak hal yang dapat saya banggakan dalam diri saya	0,349	0,649	Valid
14	Saya tidak memerlukan hadiah untuk dapat mencapai ranking tinggi	0,349	0,479	Valid
15	Saya selalu membuat rencana-rencana sesuai dengan kemampuan saya	0,349	0,463	Valid
16	Saya akan mengerjakan setiap tugas tanpa harus menunggu petunjuk dari orang lain	0,349	0,631	Valid
17	Saya sangat bangga dengan postur tubuh saya sehingga saya selalu mengatur pola makan saya	0,349	0,519	Valid
18	Saya lebih baik berbohong dari pada kesalahan saya diketahui orang lain	0,349	0,694	Valid
19	Saya akan menolak ajakan teman-teman sewaktu saya sedang menyelesaikan tugas	0,349	0,548	Valid
20	Saya biasa melakukan segala sesuatu dengan meminta bantuan orang lain	0,349	0,614	Valid
21	Saya merasa puas dengan keadaan fisik saya saat ini	0,349	0,452	Valid
22	Bagi saya kritikan dapat membuat saya menjadi pesimis	0,349	0,704	Valid
23	Saya mudah dibujuk orang lain	0,349	0,781	Valid
24	Saya menyadari bahwa dalam setiap kegagalan yang saya lakukan bersumber pada diri saya sendiri	0,349	0,681	Valid
25	Saya selalu merawat tubuh supaya tetap terawat seperti sekarang	0,349	0,671	Valid
26	Pantang bagi saya untuk mencontek walaupun kesempatan terbuka lebar	0,349	0,519	Valid
27	Setiap jadwal kegiatan harus dipatuhi seperti target yang ditentukandapat tercapai tepat waktu	0,349	0,548	Valid
28	Saya dapat melakukan hal yang terbaik untuk masa depan saya	0,349	0,614	Valid
29	Saya tidak malu walaupun fisik saya berbeda dengan orang lain	0,349	0,391	Valid
30	Saya tidak putus asa ketika pendapat saya ditolak orang lain	0,349	0,421	Valid

31	Saya akan ikut teman-teman pergi tanpa tujuan yang jelas daripada saya dikucilkan	0,349	0,631	Valid
32	Saya menganggap orang lain itu adalah saingan saya	0,349	0,649	Valid
33	Saya beranggapan penampilan saya tidak sebaik orang lain	0,349	0,506	Valid
34	Saya merasa teman-teman lebih menyukai berteman dengan orang lain daripada dengan saya	0,349	0,509	Valid
35	Dalam menjalani kehidupan saya menyukai hal yang tidak dihambat oleh rencana	0,349	0,704	Valid
36	Saya tidak biasa memetik pelajaran berharga terhadap segala masalah datang pada saya	0,349	0,391	Valid
37	Saya merasa tidak senang bila penampilan orang lain lebih baik dari saya	0,349	0,671	Valid
38	Saya akan tersinggung bila saya mendengar komentar orang lain tentang diri saya	0,349	0,614	Valid
39	Saya banyak membuang waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak berguna	0,349	0,479	Valid
40	Jika saya tidak berhasil melakukan sesuatu hal, itu sudah menjadi nasib saya	0,349	0,694	Valid

### Hasil Uji Reliabilitas

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	110,1333	409,292	0,762	0,948
X02	109,8333	425,109	0,419	0,951
X03	109,6333	416,654	0,658	0,949
X04	109,8333	425,109	0,419	0,951
X05	110,1000	418,645	0,625	0,949
X06	109,8000	407,614	0,664	0,949
X07	110,1333	409,292	0,762	0,948

X08	109,4333	425,771	0,352	0,951
X09	110,6333	420,171	0,484	0,950
X10	109,8000	424,993	0,431	0,950
X11	109,6333	414,723	0,682	0,949
X12	109,6000	416,179	0,658	0,949
X13	110,1000	418,645	0,625	0,949
X14	110,0667	423,789	0,446	0,950
X15	109,8000	424,993	0,431	0,950
X16	110,3000	422,976	0,611	0,950
X17	110,6333	420,171	0,484	0,950
X18	109,8000	407,614	0,664	0,949
X19	109,7000	421,390	0,519	0,950
X20	109,4333	419,840	0,589	0,950
X21	109,8333	425,109	0,419	0,951
X22	109,6333	414,723	0,682	0,949
X23	110,1333	409,292	0,762	0,948
X24	109,6000	416,179	0,658	0,949
X25	109,6667	417,540	0,648	0,949
X26	110,6333	420,171	0,484	0,950
X27	109,7000	421,390	0,519	0,950
X28	109,4333	419,840	0,589	0,950
X29	109,4333	425,771	0,352	0,951
X30	109,9000	423,472	0,380	0,951
X31	110,3000	422,976	0,611	0,950
X32	110,1000	418,645	0,625	0,949
X33	109,8667	422,947	0,476	0,950
X34	109,3333	420,506	0,522	0,950
X35	109,6333	414,723	0,682	0,949
X36	109,4333	425,771	0,352	0,951
X37	109,6667	417,540	0,648	0,949
X38	109,4333	419,840	0,589	0,950
X39	110,0667	423,789	0,446	0,950
X40	109,8000	407,614	0,664	0,949

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,951	40

## Lampiran 3. Pedoman Wawancara

**PEDOMAN WAWANCARA****A. Tujuan:**

Untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara.

**B. Pernyataan Panduan:**

Guru Bimbingan dan Konseling

## 1. Identitas Diri

- a) Nama : Rosalina, S.Pd
- b) Jabatan : Guru BK
- c) Agama : Islam
- d) Pendidikan Terakhir : S1 Bimbingan dan Konseling
- e) Hari dan Tanggal : Rabu, 20 April 2022

## 2. Pertanyaan

- a) Bagaimana kondisi kepercayaan diri siswa, apakah terdapat siswa yang mengalami kepercayaan diri yang rendah?
- b) Faktor apa yang menyebabkan rendahnya kepercayaan diri siswa?
- c) Apakah menurut Ibu dengan kepercayaan diri yang rendah akan menyebabkan siswa mengalami hambatan dalam mengembangkan potensi akademik maupun nonakademiknya?
- d) Biasanya penanganan apa yang diberikan untuk siswa yang mengalami rendahnya kepercayaan diri?

#### Lampiran 4. Pedoman Observasi

### **PEDOMAN OBSERVASI**

#### **A. Tujuan**

Untuk memperoleh informasi kepercayaan diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara.

#### **B. Aspek yang diamati**

- a) Berani presentasi di depan kelas
- b) Berani berpendapat, bertanya atau menjawab pertanyaan
- c) Berani berbicara dengan lantang tanpa ragu-ragu
- d) Mampu membuat keputusan dengan cepat

Lampiran 5. Pedoman Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy***PEDOMAN KONSELING KELOMPOK REBT****A. Pendahuluan**

Layanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan usaha untuk membantu siswa dalam mengembangkan dirinya agar mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki, baik dalam kehidupan pribadi, sosial, kegiatan belajar serta perencanaan karir. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling juga dapat membantu siswa dalam menghadapi hambatan ataupun masalah yang sedang dihadapi.<sup>1</sup>

Salah satu bentuk kegiatan dari layanan bimbingan dan konseling di sekolah ialah konseling kelompok. Pelaksanaan konseling kelompok dapat membantu siswa menyelesaikan permasalahan secara berkelompok, sehingga dapat membangun hubungan baik dengan anggota kelompok dan dapat memecahkan masalah serta membuat keputusan bersama. Menurut Namora, konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama sama dari seorang konselor kepada konseli.<sup>2</sup>

Pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok dapat menggunakan teori pendekatan salah satunya dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada 1985. Asumsi dasar dari pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah kognisi, emosi dan

---

<sup>1</sup>Fenti Hikmawati, *Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016), 21.

<sup>2</sup>Namora Lumongga Lubis, *Konseling Kelompok* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2016), 25.

perilaku yang saling berinteraksi secara signifikan dan memiliki hubungan sebab akibat. Seseorang memiliki kepercayaan diri yang rendah dapat disebabkan oleh pola pikir yang irasional. Salah satu masalah yang sering dialami siswa ialah rendahnya kepercayaan diri terhadap potensi yang mereka miliki. Rendahnya kepercayaan diri tersebut harus mendapat penanganan berupa konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Pada proses konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* siswa diajak untuk merubah keyakinan irasional dengan menggunakan konsep teori A-B-C-D yaitu teori tentang kepribadian individu yaitu A (*activity*), yaitu keadaan atau peristiwa yang mendasari pemikiran individu. B (*belife*) cara individu memandan suatu hal, yaitu pandangan individu terhadap A. C (*consequences*) konsekuensi atau reaksi individu terhadap A. D (*dispute*) metode untuk membantu klien menentang keyakinan irasional.

Pendekatan *rational emotive behavior therapy* memiliki beberapa teknik dalam penerapannya, salah satunya ialah teknik kognitif. “Teknik kognitif yaitu memperagakan dan mengajari konseli untuk tidak berpikir tentang pernyataan diri negatif dan juga membangkitkan konseli untuk berpikiran berdasarkan kenyataan yaitu berpikir rasional”.<sup>3</sup>

Perilaku dan pemikiran yang irasional akan memberikan konsekuensi yang negatif pada siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah terhadap potensi dirinya. Konselor mengajak siswa melihat bagaimana kepercayaan

---

<sup>3</sup>Abdul Hayat, *Teori dan Teknik Pendekatan Konseling*, (Banjarmasin: Lintang Media Aksara Publish House, 2010), 169.

dapat mempengaruhi emosi dan perilaku, yaitu kepercayaan yang mendorong siswa untuk tidak menampilkan potensi dirinya, dengan demikian siswa dapat melihat bahwa kepercayaan yang negatif terhadap potensi yang di miliknya maka akan memberikan konsekuensi bahwa mereka tidak dapat mengembangkan potensi tersebut. Sebaliknya apabila kepercayaan yang positif (rasional) terhadap kemampuan dirinya maka potensi yang dimilikinya akan dapat berkembang secara optimal.

Pnduan konseling kelompok ini disusun sebagai pedoman dalam pelaksanaan penelitian eksperimen *one group pretest-posttest* menggunakan pendekatan *rational emotive behavior theray*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas konseling kelompok *rational emotive behavior theray* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di Madrasah Aliyah Negeri Barito utara.

## **B. Tujuan**

Tujuan pelaksanaan konseling kelompok *rational emotive behavior theray* adalah:

1. Mendorong siswa untuk menghilangkan pikiran irrasional
2. Mengarahkan siswa untuk memahami potensi dirinya
3. Mengarahkan siswa untuk memiliki tujuan hidup yang jelas
4. Siswa mampu menampilkan potensi diri dengan rasa percaya diri tanpa ragu-ragu.

## **C. Tanggung Jawab Konselor**

Pelaksana dalam penelitian ini adalah peneliti yang berperan sebagai konselor dalam kegiatan konseling kelompok yang akan dilaksanakan. Konselor menghargai setiap keunikan atau potensi yang berbeda dari masing-masing konseli. Konselor harus mempunyai keterampilan dalam membangun hubungan dengan siswa.

Pelaksana kedua adalah siswa yang berperan sebagai konseli dalam kegiatan konseling kelompok yang akan dilaksanakan. Siswa yang akan menjadi konseli dalam penelitian ini adalah siswa yang mengalami rendahnya kepercayaan diri dalam menampilkan potensi diri yang dimilikinya.

Melalui proses kegiatan layanan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* ini diharapkan siswa dapat meningkatkan kepercayaan dirinya serta dapat menampilkan potensi diri yang dimilikinya sehingga dapat mengembangkan potensi diri secara optimal, berpikir rasional dan tampil percaya diri.

#### **D. Durasi Waktu**

Secara keseluruhan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* dilakukan dengan tiga tahapan, yaitu:

1. Pemberian pretest untuk mengukur data awal sebelum pemberian treatment
2. Pemberian treatment berupa konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* pada peserta didik yang mengalami rendahnya kepercayaan diri. Waktu pemberian treatment ini 6 x 30 menit, treatment

ini tidak bisa dilakukan sekaligus sekali pertemuan selesai, maka peneliti membagi menjadi 6 kali pertemuan.

3. Pemberian posttest untuk mengukur peningkatan peserta didik setelah diberi treatment.

#### **E. Jumlah Anggota Kelompok**

Jumlah anggota kelompok terdiri dari 5 orang siswa. Siswa yang menjadi anggota kelompok konseling diambil dari hasil data yang mana siswa mengalami kepercayaan diri rendah maka akan dipilih menjadi sampel dalam penelitian ini.

#### **F. Rancangan Pertemuan**

Pertemuan yang akan di laksanakan dalam kegiatan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* ini sebanyak 6 kali pertemuan, yang mana dalam satu minggu terdiri dari 2 kali pertemuan. Langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* yaitu:

1. Bekerjasama dengan konseli
2. Melakukan assesment terhadap masalah konseli
3. Mempersiapkan konseli untuk konseling
4. Mengimplementasikan progran penanganan
5. Mengevaluasi kemajuan
6. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling.

## **G. Rancangan Pelaksanaan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy***

Pelaksanaan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* ini aan dilaksanakan pada anggota konseli di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara. Peneliti bertindak dan berperan aktif dalam mengarahkan konseling kelompok *rational emotive behavior therapy*. Peneliti akan membentuk kelompok dan membagi anggota yaitu ada yang sebagai ketua kelompok dan anggota kelompok. Pelaksanaan konseling kelompok mengacu pada langkah-langka sebagai berikut

### 1. Pembukaan

Pada sesi pembukaan ini peneliti membangun hubungan baik dengan konseli. Peneliti memperkenalkan diri dan masing-masing anggota kelompok juga diminta untuk memperkenalkan diri. Sehingga satu sama lain anggota saling mengenal. Pada sesi ini konselor juga menjelaskan tentang bagaimana alur konseling kelompok yang akan dilaksanakan, konselor juga mengadakan kontrak konseling serta menjelaskan asas-asas dalam konseling.

2. Inti (pelaksanaan)
  - a. Peneliti membangun hubungan dengan anggota konseli, setelah itu peneliti menjelaskan tata cara pelaksanaan konseling dan peneliti menjelaskan pula tentang persoalan yang nantinya akan diselesaikan dengan konseling kelompok yaitu permasalahan rendahnya kepercayaan diri
  - b. Peneliti mempersiapkan konseling menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy*, pelaksanaan konseling nantinya akan dilaksanakan di dalam ruangan agar privasi konseli terjaga. Pada saat pelaksanaan konseling nantinya konselor akan membentuk konseli menjadi sebuah lingkaran dengan tujuan supaya konselor mudah memantau aktivitas konseli pada saat konseling berlangsung.
  - c. Pendekatan yang digunakan yaitu *rational emotive behavior therapy* dengan teknik kognitif. Teknik ini menaruh kepercayaan yang tinggi pada pemikiran konseli. Konseli akan diberikan pertanyaan keyakinan irasionalnya, konselor menunjukkan kepada konseli bahwa yang membuat mereka terganggu bukan karena situasi tertentu melainkan dari persepsi dan pernyataan mereka sendiri yang membuat mereka menjadi tidak percaya diri dengan potensi yang mereka miliki.
3. Mengevaluasi kemajuan, pada tahap pelaksanaan ini konselor akan memastikan apakah konseli sudah mencapai perubahan signifikan dalam berpikir

4. Mempersiapkan konseli mengakhiri konseling, pada tahap ini konselor akan memberikan penguatan kembali dari hasil yang telah dicapai saat proses konseling.
5. Penutup

## H. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

### 1. Pertemuan Pertama

#### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

#### KONSELING KELOMPOK

Komponen	: Layanan Responsif
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Fungsi Layanan	: Pengentasan
Topik Layanan	: Meningkatkan Kepercayaan Diri dengan Mencintai Diri Sendiri
Pendekatan	: Rational Emotif Behavior Therapy
Alokasi waktu	: 1 x 30 menit

1.	Nama Konseli :
2.	Tujuan Layanan <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu menganalisis masalah yang dialami sehingga dapat mencintai dirinya sendiri</li> <li>2. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang di bahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasan dalam mencari solusi terhadap masalah yang sedang dialami</li> <li>4. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
3.	Metode, Alat dan Media <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : REBT, dinamika kelompok, diskusi</li> <li>2. Alat/Media : Laptop, PPT</li> </ol>
4.	Langkah-langkah Kegiatan <p><b>A. Pra-Kegiatan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjaring 5 siswa yang memiliki permasalahan yang sama yaitu rendahnya kepercayaan diri</li> <li>2. Membuat kesepakatan hari, tanggal, jam pelaksanaan konseling kelompok</li> <li>3. Konselor membuat kesepakatan peraturan kegiatan konseling kelompok</li> </ol>

**B. Tahap Awal/ Pembuka**

1. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih
2. Membuka dengan salam dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa
3. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
4. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok diantaranya yaitu: format kegiatan, peran anggota dan suasana interaksi
5. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok (kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan dan kenormatifan)
6. Konselor meminta anggota kelompok untuk saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara bergantian
7. Menyampaikan kesepakatan waktu pelaksanaan konseling kelompok
8. Konselor membangun suasana dan mengajak anggota kelompok untuk memperkenalkan diri agar terciptanya suasana yang akrab

**C. Tahap Peralihan**

1. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya
2. Menjelaskan kembali pengertian dan pelaksanaan konseling kelompok
3. Memberi batasan masalah pribadi yang dibahas

**D. Tahap Kegiatan**

1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu contoh masalah kepercayaan diri yang akan dibahas dalam kegiatan
2. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah kepercayaan diri yang dialaminya dengan dipandu oleh konselor sebagai pemimpin kelompok
3. Menetapkan satu persatu masalah yang akan dibahas
4. Mencari satu persatu sumber masalah dengan melakukan tanya jawab oleh konselor dengan anggota kelompok
5. Konselor bersama anggota kelompok mengidentifikasi dan menetapkan sumber masalah
6. Satu persatu anggota kelompok dipersilahkan untuk memberikan saran, pendapat, masukan dan solusi atas masalah yang sedang dibahas
7. Konselor memberikan tanggapan atas saran, pendapat, masukan dan solusi dari anggota, serta konselor juga menjelaskan tentang bagaimana agar anggota kelompok dapat mencintai diri sendiri
8. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan saran, pendapat, dan solusi dari anggota kelompok

**E. Tahap Pengakhiran**

1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhiri
2. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas

	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Konselor mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan</li> <li>4. Anggota kelompok menyampaikan kesan dan perasaan yang dirasakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok</li> <li>5. Konselor membahas kegiatan tindak lanjut konseling kelompok</li> <li>6. Konselor mengemukakan kesan dan harapan kepada anggota kelompok</li> <li>7. Konselor mengucapkan terimakasih dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa</li> <li>8. Konselor mengakhiri konseling kelompok dengan mengucapkan salam</li> </ol>
5.	<p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi Proses : memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok</li> <li>2. Evaluasi Hasil : Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan.</li> </ol>

Mengetahui

Guru BK

Rosalina, S.Pd

Peneliti/Konselor

Nur Hikmah Hartati

## 2. Pertemuan Kedua

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)****KONSELING KELOMPOK**


---

Komponen	: Layanan Resfonsif
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Fungsi Layanan	: Pengentasan
Topik Layanan	: Meningkatkan Kepercayaan Diri dengan Berpikir POSitif
Pendekatan	: Rational Emotif Behavior Therapy
Alokasi waktu	: 1 x 30 menit

1.	Nama Konseli :
2.	<p>Tujuan Layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu menganalisis masalah yang dialami sehingga dapat mencintai dirinya sendiri</li> <li>2. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang di bahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasan dalam mencari solusi terhadap masalah yang sedang dialami</li> <li>4. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
3.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : REBT, dinamika kelompok, diskusi</li> <li>2. Alat/Media : Laptop, PPT</li> </ol>
4.	<p>Langkah-langkah Kegiatan</p> <p><b>A. Pra-Kegiatan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjaring 5 siswa yang memiliki permasalahan yang sama yaitu rendahnya kepercayaan diri</li> <li>2. Membuat kesepakatan hari, tanggal, jam pelaksanaan konseling kelompok</li> <li>3. Konselor membuat kesepakatan peraturan kegiatan konseling kelompok</li> </ol> <p><b>B. Tahap Awal/ Pembuka</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih</li> <li>2. Membuka dengan salam dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa</li> <li>3. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok</li> <li>4. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok diantaranya yaitu: format kegiatan, peran anggota dan suasana interaksi</li> <li>5. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok (kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan dan kenormatifan)</li> </ol>

6. Konselor meminta anggota kelompok untuk saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara bergantian
7. Menyampaikan kesepakatan waktu pelaksanaan konseling kelompok
8. Konselor membangun suasana dan mengajak anggota kelompok untuk memperkenalkan diri agar terciptanya suasana yang akrab

**C. Tahap Peralihan**

1. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya
2. Menjelaskan kembali pengertian dan pelaksanaan konseling kelompok
3. Memberi batasan masalah pribadi yang dibahas

**D. Tahap Kegiatan**

1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu contoh masalah kepercayaan diri yang akan dibahas dalam kegiatan
2. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah kepercayaan diri yang dialaminya dengan dipandu oleh konselor sebagai pemimpin kelompok
3. Menetapkan satu persatu masalah yang akan dibahas
4. Mencari satu persatu sumber masalah dengan melakukan tanya jawab oleh konselor dengan anggota kelompok
5. Konselor bersama anggota kelompok mengidentifikasi dan menetapkan sumber masalah
6. Satu persatu anggota kelompok dipersilahkan untuk memberikan saran, pendapat, masukan dan solusi atas masalah yang sedang dibahas
7. Konselor memberikan tanggapan atas saran, pendapat, masukan dan solusi dari anggota, serta konselor juga menjelaskan tentang bagaimana agar anggota kelompok dapat membiasakan diri untuk berpikiran yang positif dan rasional
8. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan saran, pendapat, dan solusi dari anggota kelompok

**E. Tahap Pengakhiran**

1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhiri
2. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas
3. Konselor mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan
4. Anggota kelompok menyampaikan kesan dan perasaan yang dirasakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok
5. Konselor membahas kegiatan tindak lanjut konseling kelompok
6. Konselor mengemukakan kesan dan harapan kepada anggota kelompok
7. Konselor mengucapkan terimakasih dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa

	8. Konselor mengakhiri konseling kelompok dengan mengucapkan salam
5.	<p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi Proses : memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok</li> <li>2. Evaluasi Hasil : Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan.</li> </ol>

Mengetahui

Guru BK

Rosalina, S.Pd

Peneliti/Konselor

Nur Hikmah Hartati

## 3. Pertemuan Ketiga

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)****KONSELING KELOMPOK**

Komponen	: Layanan Resfonsif
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Fungsi Layanan	: Pengentasan
Topik Layanan	: Meningkatkan Kepercayaan Diri dengan Memahami Potensi Diri
Pendekatan	: Rational Emotif Behavior Therapy
Alokasi waktu	: 1 x 30 menit

1.	Nama Konseli :
2.	<p>Tujuan Layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu menganalisis masalah yang dialami sehingga dapat mencintai dirinya sendiri</li> <li>2. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang di bahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasan dalam mencari solusi terhadap masalah yang sedang dialami</li> <li>4. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
3.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : REBT, dinamika kelompok, diskusi</li> <li>2. Alat/Media : Laptop, PPT</li> </ol>
4.	<p>Langkah-langkah Kegiatan</p> <p><b>A. Pra-Kegiatan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjaring 5 siswa yang memiliki permasalahan yang sama yaitu rendahnya kepercayaan diri</li> <li>2. Membuat kesepakatan hari, tanggal, jam pelaksanaan konseling kelompok</li> <li>3. Konselor membuat kesepakatan peraturan kegiatan konseling kelompok</li> </ol> <p><b>B. Tahap Awal/ Pembuka</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih</li> <li>2. Membuka dengan salam dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa</li> <li>3. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok</li> <li>4. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok diantaranya yaitu: format kegiatan, peran anggota dan suasana interaksi</li> <li>5. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok (kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan dan kenormatifan)</li> </ol>

6. Konselor meminta anggota kelompok untuk saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara bergantian
7. Menyampaikan kesepakatan waktu pelaksanaan konseling kelompok
8. Konselor membangun suasana dan mengajak anggota kelompok untuk memperkenalkan diri agar terciptanya suasana yang akrab

**C. Tahap Peralihan**

1. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya
2. Menjelaskan kembali pengertian dan pelaksanaan konseling kelompok
3. Memberi batasan masalah pribadi yang dibahas

**D. Tahap Kegiatan**

1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu contoh masalah kepercayaan diri yang akan dibahas dalam kegiatan
2. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah kepercayaan diri yang dialaminya dengan dipandu oleh konselor sebagai pemimpin kelompok
3. Menetapkan satu persatu masalah yang akan dibahas
4. Mencari satu persatu sumber masalah dengan melakukan tanya jawab oleh konselor dengan anggota kelompok
5. Konselor bersama anggota kelompok mengidentifikasi dan menetapkan sumber masalah
6. Satu persatu anggota kelompok dipersilahkan untuk memberikan saran, pendapat, masukan dan solusi atas masalah yang sedang dibahas
7. Konselor memberikan tanggapan atas saran, pendapat, masukan dan solusi dari anggota, serta konselor juga menjelaskan tentang bagaimana agar anggota kelompok dapat memahami potensi diri yang dimiliki
8. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan saran, pendapat, dan solusi dari anggota kelompok

**E. Tahap Pengakhiran**

1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhiri
2. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas
3. Konselor mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan Anggota kelompok menyampaikan kesan dan perasaan yang dirasakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok
4. Konselor membahas kegiatan tindak lanjut konseling kelompok
5. Konselor mengemukakan kesan dan harapan kepada anggota kelompok
6. Konselor mengucapkan terimakasih dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa

	7. Konselor mengakhiri konseling kelompok dengan mengucapkan salam
5.	<p>Evaluasi</p> <p>3. Evaluasi Proses : memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok</p> <p>4. Evaluasi Hasil : Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan.</p>

Mengetahui

Guru BK

Peneliti/Konselor

Rosalina, S.Pd

Nur Hikmah Hartati

## 4. Pertemuan Keempat

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)****KONSELING KELOMPOK**

Komponen	: Layanan Responsif
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Fungsi Layanan	: Pengentasan
Topik Layanan	: Meningkatkan Kepercayaan Diri dengan Menentukan Tujuan Hidup yang Jelas
Pendekatan	: Rational Emotif Behavior Therapy
Alokasi waktu	: 1 x 30 menit

1.	Nama Konseli :
2.	<p>Tujuan Layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu menganalisis masalah yang dialami sehingga dapat mencintai dirinya sendiri</li> <li>2. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang di bahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasan dalam mencari solusi terhadap masalah yang sedang dialami</li> <li>4. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
3.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : REBT, dinamika kelompok, diskusi</li> <li>2. Alat/Media : Laptop, PPT</li> </ol>
4.	<p>Langkah-langkah Kegiatan</p> <p><b>A. Pra-Kegiatan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjaring 5 siswa yang memiliki permasalahan yang sama yaitu rendahnya kepercayaan diri</li> <li>2. Membuat kesepakatan hari, tanggal, jam pelaksanaan konseling kelompok</li> <li>3. Konselor membuat kesepakatan peraturan kegiatan konseling kelompok</li> </ol> <p><b>B. Tahap Awal/ Pembuka</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih</li> <li>2. Membuka dengan salam dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa</li> <li>3. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok</li> <li>4. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok diantaranya yaitu: format kegiatan, peran anggota dan suasana interaksi</li> <li>5. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok (kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan dan kenormatifan)</li> </ol>

6. Konselor meminta anggota kelompok untuk saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara bergantian
7. Menyampaikan kesepakatan waktu pelaksanaan konseling kelompok
8. Konselor membangun suasana dan mengajak anggota kelompok untuk memperkenalkan diri agar terciptanya suasana yang akrab

**C. Tahap Peralihan**

1. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya
2. Menjelaskan kembali pengertian dan pelaksanaan konseling kelompok
3. Memberi batasan masalah pribadi yang dibahas

**D. Tahap Kegiatan**

1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu contoh masalah kepercayaan diri yang akan dibahas dalam kegiatan
2. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah kepercayaan diri yang dialaminya dengan dipandu oleh konselor sebagai pemimpin kelompok
3. Menetapkan satu persatu masalah yang akan dibahas
4. Mencari satu persatu sumber masalah dengan melakukan tanya jawab oleh konselor dengan anggota kelompok
5. Konselor bersama anggota kelompok mengidentifikasi dan menetapkan sumber masalah
6. Satu persatu anggota kelompok dipersilahkan untuk memberikan saran, pendapat, masukan dan solusi atas masalah yang sedang dibahas
7. Konselor memberikan tanggapan atas saran, pendapat, masukan dan solusi dari anggota, serta konselor juga menjelaskan tentang bagaimana agar anggota kelompok dapat memiliki tujuan hidup yang jelas dan terarah
8. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan saran, pendapat, dan solusi dari anggota kelompok

**E. Tahap Pengakhiran**

1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhiri
2. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas
3. Konselor mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan Anggota kelompok menyampaikan kesan dan perasaan yang dirasakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok
4. Konselor membahas kegiatan tindak lanjut konseling kelompok
5. Konselor mengemukakan kesan dan harapan kepada anggota kelompok
6. Konselor mengucapkan terimakasih dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa

	7. Konselor mengakhiri konseling kelompok dengan mengucapkan salam
5.	<p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi Proses : memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok</li> <li>2. Evaluasi Hasil : Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan.</li> </ol>

Mengetahui

Guru BK

Mariana, S.Pd.I

Peneliti/Konselor

Nur Hikmah Hartati

## 5. Pertemuan kelima

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)****KONSELING KELOMPOK**

Komponen	: Layanan Responsif
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Fungsi Layanan	: Pemahaman
Topik Layanan	: Mempertahankan Kepercayaan Diri dengan Berpikir Positif tentang Potensi Diri yang Dimiliki
Pendekatan	: Rational Emotif Behavior Therapy
Alokasi waktu	: 1 x 15 menit

1.	Nama Konseli :
2.	<p>Tujuan Layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu menganalisis masalah yang dialami sehingga dapat mencintai dirinya sendiri</li> <li>2. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang di bahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasan dalam mencari solusi terhadap masalah yang sedang dialami</li> <li>4. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
3.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : REBT, dinamika kelompok, diskusi</li> <li>2. Alat/Media : Laptop, PPT</li> </ol>
4.	<p>Langkah-langkah Kegiatan</p> <p><b>A. Pra-Kegiatan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjaring 5 siswa yang memiliki permasalahan yang sama yaitu rendahnya kepercayaan diri</li> <li>2. Membuat kesepakatan hari, tanggal, jam pelaksanaan konseling kelompok</li> <li>3. Konselor membuat kesepakatan peraturan kegiatan konseling kelompok</li> </ol> <p><b>B. Tahap Awal/ Pembuka</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih</li> <li>2. Membuka dengan salam dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa</li> <li>3. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok</li> <li>4. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok diantaranya yaitu: format kegiatan, peran anggota dan suasana interaksi</li> <li>5. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok (kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan dan kenormatifan)</li> </ol>

6. Konselor meminta anggota kelompok untuk saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara bergantian
7. Menyampaikan kesepakatan waktu pelaksanaan konseling kelompok
8. Konselor membangun suasana dan mengajak anggota kelompok untuk memperkenalkan diri agar terciptanya suasana yang akrab

**C. Tahap Peralihan**

1. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya
2. Menjelaskan kembali pengertian dan pelaksanaan konseling kelompok
3. Memberi batasan masalah pribadi yang dibahas

**D. Tahap Kegiatan**

1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu contoh masalah kepercayaan diri yang akan dibahas dalam kegiatan
2. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah kepercayaan diri yang dialaminya dengan dipandu oleh konselor sebagai pemimpin kelompok
3. Menetapkan satu persatu masalah yang akan dibahas
4. Mencari satu persatu sumber masalah dengan melakukan tanya jawab oleh konselor dengan anggota kelompok
5. Konselor bersama anggota kelompok mengidentifikasi dan menetapkan sumber masalah
6. Satu persatu anggota kelompok dipersilahkan untuk memberikan saran, pendapat, masukan dan solusi atas masalah yang sedang dibahas
7. Konselor memberikan tanggapan atas saran, pendapat, masukan dan solusi dari anggota, serta konselor juga menjelaskan tentang bagaimana agar anggota kelompok dapat mempertahankan pikiran yang positif dan rasional
8. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan saran, pendapat, dan solusi dari anggota kelompok

**E. Tahap Pengakhiran**

1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhiri
2. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas
3. Konselor mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan Anggota kelompok menyampaikan kesan dan perasaan yang dirasakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok
4. Konselor membahas kegiatan tindak lanjut konseling kelompok
5. Konselor mengemukakan kesan dan harapan kepada anggota kelompok
6. Konselor mengucapkan terimakasih dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa

	7. Konselor mengakhiri konseling kelompok dengan mengucapkan salam
5.	<p>Evaluasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi Proses : memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok</li> <li>2. Evaluasi Hasil : Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan.</li> </ol>

Mengetahui

Guru BK

Mariana, S.Pd.I

Peneliti/Konselor

Nur Hikmah Hartati

## 6. Pertemuan keenam

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)****KONSELING KELOMPOK**

Komponen	: Layanan Responsif
Bidang Bimbingan	: Pribadi
Fungsi Layanan	: Pemahaman
Topik Layanan	: Mengembangkan Potensi Diri yang Dimiliki dengan Percaya diri
Pendekatan	: Rational Emotif Behavior Therapy
Alokasi waktu	: 1 x 15 menit

1.	Nama Konseli :
2.	<p>Tujuan Layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anggota kelompok mampu menganalisis masalah yang dialami sehingga dapat mencintai dirinya sendiri</li> <li>2. Anggota kelompok mampu membangun perasaan empati terhadap anggota lain terkait masalah yang di bahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Anggota kelompok mampu mengelola idenya, pendapatnya dan gagasan dalam mencari solusi terhadap masalah yang sedang dialami</li> <li>4. Anggota kelompok mampu menyusun solusi atas masalah yang diselesaikan dalam konseling kelompok</li> </ol>
3.	<p>Metode, Alat dan Media</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Metode : REBT, dinamika kelompok, diskusi</li> <li>2. Alat/Media : Laptop, PPT</li> </ol>
4.	<p>Langkah-langkah Kegiatan</p> <p><b>A. Pra-Kegiatan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjaring 5 siswa yang memiliki permasalahan yang sama yaitu rendahnya kepercayaan diri</li> <li>2. Membuat kesepakatan hari, tanggal, jam pelaksanaan konseling kelompok</li> <li>3. Konselor membuat kesepakatan peraturan kegiatan konseling kelompok</li> </ol> <p><b>B. Tahap Awal/ Pembuka</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terima kasih</li> <li>2. Membuka dengan salam dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa</li> <li>3. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok</li> <li>4. Menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok diantaranya yaitu: format kegiatan, peran anggota dan suasana interaksi</li> <li>5. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok (kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan dan kenormatifan)</li> </ol>

6. Konselor meminta anggota kelompok untuk saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara bergantian
7. Menyampaikan kesepakatan waktu pelaksanaan konseling kelompok
8. Konselor membangun suasana dan mengajak anggota kelompok untuk memperkenalkan diri agar terciptanya suasana yang akrab

**C. Tahap Peralihan**

1. Mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya
2. Menjelaskan kembali pengertian dan pelaksanaan konseling kelompok
3. Memberi batasan masalah pribadi yang dibahas

**D. Tahap Kegiatan**

1. Konselor memulai kegiatan inti dengan menjelaskan terlebih dahulu contoh masalah kepercayaan diri yang akan dibahas dalam kegiatan
2. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah kepercayaan diri yang dialaminya dengan dipandu oleh konselor sebagai pemimpin kelompok
3. Menetapkan satu persatu masalah yang akan dibahas
4. Mencari satu persatu sumber masalah dengan melakukan tanya jawab oleh konselor dengan anggota kelompok
5. Konselor bersama anggota kelompok mengidentifikasi dan menetapkan sumber masalah
6. Satu persatu anggota kelompok dipersilahkan untuk memberikan saran, pendapat, masukan dan solusi atas masalah yang sedang dibahas
7. Konselor memberikan tanggapan atas saran, pendapat, masukan dan solusi dari anggota, serta konselor juga menjelaskan tentang bagaimana agar anggota kelompok dapat mengembangkan potensi yang dimiliki dengan percaya diri
8. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan saran, pendapat, dan solusi dari anggota kelompok

**E. Tahap Pengakhiran**

1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhiri
2. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menyimpulkan hasil dari masalah yang telah dibahas
3. Konselor mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan Anggota kelompok menyampaikan kesan dan perasaan yang dirasakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok
4. Konselor membahas kegiatan tindak lanjut konseling kelompok
5. Konselor mengemukakan kesan dan harapan kepada anggota kelompok
6. Konselor mengucapkan terimakasih dan meminta salah satu anggota untuk memimpin doa
7. Konselor mengakhiri konseling kelompok dengan mengucapkan salam

5.	Evaluasi
	8. Evaluasi Proses : memperhatikan proses jalannya layanan dan mengamati sikap dan keaktifan anggota kelompok dalam mengikuti layanan konseling kelompok
	9. Evaluasi Hasil : Evaluasi setelah mengikuti kegiatan layanan konseling antara lain: merasakan suasana menyenangkan, pemahaman konseli terhadap topik masalah yang dibahas, manfaat yang dirasakan.

Mengetahui

Guru BK

Peneliti/Konselor

Mariana, S.Pd.I

Nur Hikmah Hartati

## **I. Referensi**

Hikmawati, Fenti, *Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016.

Hayat, Abdul, *Teori dan Teknik Pendekatan Konseling*, Banjarmasin: Lintang Media Aksara Publish House, 2010.

Lubis, Namora Lumongga, *Konseling Kelompok*, Jakarta: Prenadamedia Group, 2016.

## Lampiran 6. Dokumentasi

## Foto Kegiatan

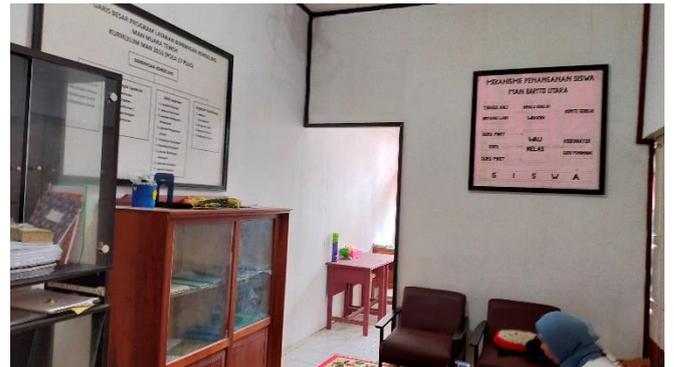
MAN Barito Utara



Lingkungan Sekolah



Ruang Bimbingan dan Konseli



Wawancara dengan Guru BK



Pembagian Skala Pretest Kepercayaan diri



### Pelaksanaan Kegiatan Layanan Konseling Kelompok



## Lampiran 7. Surat Izin Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN BARITO UTARA**  
 Jl. Jend. A. Yani No. 126 Telp. (0519) 21269, 21047, 21772, 21894  
 E-Mail : [kankemenagkab.barut@gmail.com](mailto:kankemenagkab.barut@gmail.com) ; [kankemenag\\_barut\\_kalteng@kemenag.go.id](mailto:kankemenag_barut_kalteng@kemenag.go.id)  
**MUARA TEWEH 73811**

---

**IZIN PENELITIAN**  
 Nomor : B- *1081* /Kk.15.2.1/PP.00.9/04/2022.

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Kantor Kementerian Agama Kabupaten Barito Utara, berdasarkan Surat Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Universitas Islam Negeri Antasari Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Nomor : B-1393/Un.14/III.1.t/PP.00.9/04/2022 tanggal 14 April 2022 Perihal Mohon Izin Riset Dalam Rangka Penyusunan Skripsi, maka dengan ini memberikan izin kepada :

Nama	: <b>NUR HIKMAH HARTATI</b>
NIM	: 180101061117
Fakultas	: Tarbiyah dan Keguruan
Jurusan	: Bimbingan & Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Lokasi Penelitian	: MAN Barito Utara

Untuk melakukan Riset/ Penelitian Ilmiah dalam rangka pengumpulan data pada MAN Barito Utara selama 2 (dua) bulan dari tanggal, 19 April 2022 s.d. 18 Juni 2022 dengan judul **"EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI MADRASAH ALIYAH NEGERI BARITO UTARA"** dengan ketentuan bahwa selama melakukan penelitian agar selalu menjaga ketertiban dan tidak mengganggu proses belajar mengajar.

Kepada pihak-pihak yang terkait agar dapat membantu dan meberikan informasi dan keterangan serta data-data seperlunya sebagaimana yang diperlukan.

Demikian surat izin ini diberikan kepada yang bersangkutan, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Muara Tewe, 25 April 2022

Kepala



**H. Muhammad Yasi Abdhian**



Tembusan :

1. Kepala Kantor Wilayah Kementerian Agama Prov. Kalimantan Tengah;
2. Kepala MAN Barito Utara.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN BARITO UTARA**  
**MADRASAH ALIYAH NEGERI BARITO UTARA**  
 Jalan Rajawali Nomor 07 Muara Teweh – 73811 ; Telp. (0519) 22670, 22744  
 Email : [manbarut@yahoo.com](mailto:manbarut@yahoo.com) ; Website : [manbatara.sch.id](http://manbatara.sch.id)

## SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : B- /Ma.15.2.1/PP.00.6/07/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara,  
 dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama : **NUR HIKMAH HARTATI**  
 NIM : 180101061117  
 Program/Prodi : S1 Bimbingan & Konseling Pendidikan Islam (BKPI)  
 Universitas : Tarbiyah dan Keguruan

diberikan izin untuk melakukan penelitian dalam rangka mengumpulkan data untuk  
 penyusunan *Tesis* dengan judul :

“EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR  
 THERAPY UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI  
 MADRASAH ALIYAH NEGERI BARITO UTARA”.

Barang yang dibawa : Seperangkat alat riset  
 Lama Penelitian : 2 (Dua) bulan  
 Dari tanggal : 19 April 2022  
 Sampai dengan : 18 Juni 2022

Demikian Surat Izin Penelitian ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana  
 mestinya.

Muara Teweh, 25 April 2022

Kepala Madrasah



## Lampiran 8. Surat Telah Selesai Penelitian


**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN BARITO UTARA**  
**MADRASAH ALIYAH NEGERI BARITO UTARA**  
 Jalan Rajawali Nomor 07 Muara Teweh – 73811 ; Telp. (0519) 22670, 22744  
 Email : [manbarut@yahoo.com](mailto:manbarut@yahoo.com) ; Website : [manbatara.sch.id](http://manbatara.sch.id)

---

**SURAT KETERANGAN**  
**TELAH MELAKUKAN PENELITIAN**  
 Nomor : B-44s /Ma.15.2.1/PP.00.6/05/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : **Mahlil Riduan, S.Pd.I.**  
 NIP : 197405061996031001  
 Jabatan : Kepala Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Nur Hikmah Hartati  
 NIM : 180101061117  
 Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Antasari  
 Jurusan/Program Studi : S1 Bimbingan & Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

Mahasiswa tersebut diatas benar telah selesai melakukan penelitian guna menyelesaikan skripsi di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara dengan judul :

“Efektivitas Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Therapy untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di MAN Barito Utara”

Instrumen : Skala Kepercayaan Diri  
 Lama riset : 2 (dua) bulan  
 Dari tanggal : 19 April 2022  
 Sampai dengan : 25 Mei 2022

Demikian Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Muara Teweh, 25 Mei 2022  
 Kepala Madrasah,  
  
**Mahlil Riduan**



## Lampiran 9. Validasi Pedoman Konseling

**PERNYATAAN EXPERT JUDGEMENT****Petunjuk Pengisian:**

Skala Penilaian ini menggunakan rentang skala 1,2,3 dan 4. Apabila penilaian bergerak semakin kearah kanan atau ke angka 4 maka penilaian positif sedangkan, apabila penilaian semakin ke kiri atau ke angka 1 maka penilaian semakin negatif.

Penilaian ini terdiri dari penilaian panduan umum dan panduan khusus konseling. Setelah penilai memahami pertanyaan tersebut, kemudian berilah tanda lingkaran (O) pada angka kategori yang sesuai pada kolom skala penilaian. Kemudian saran perbaikan dapat penilai kemukakan pada kolom yang disediakan dalam pedoman experiment ini.

**Contoh Cara Pengisian Penilaian Pedoman Experiment**

Apabila penilai memberikan penilaian positif terhadap rancangan pedoman yang mencakup kejelasan, maka dapat memberikan tanda lingkaran (O) pada angka pertama dari arah kanan.

<b>NO</b>	<b>ASPEK YANG DINILAI</b>	<b>SKALA PENILAIAN</b>
1	Kejelasan pengantar konsep pelaksanaan konseling	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas

**IDENTITAS AHLI**

Nama : Nurul Rahmi, M.Pd.  
NIP : 198806272015032005  
Jabatan/Instansi : Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam/UIN  
Antasari Banjarmasin

Banjarmasin, 1 April 2022



Nurul Rahmi, M.Pd.

## VALIDITAS AHLI

### PEDOMAN KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

#### 1. PENILAIAN PEDOMAN SECARA UMUM

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKALA PENILAIAN
1	Kejelasan pengantar konsep Pelaksanaan konseling	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
2	Kejelasan Tujuan Kegiatan	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
3	Kejelasan isi sasaran kegiatan konseling	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
4	Kejelasan tempat dan karakteristik kelompok	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
5	Kejelasan peran konselor pada kegiatan konseling	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
6	Kejelasan peran konseli pada kegiatan konseling	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
7	Kejelasan rancangan konseling <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT)	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
8	Kejelasan petunjuk pelaksanaan tahap awal	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
9	Kejelasan petunjuk pelaksanaan tahap kerja	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
10	Kejelasan petunjuk pelaksanaan tahap akhir	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas

#### SARAN-SARAN PERBAIKAN SECARA UMUM:

1. Tujuan yang dibuat harusnya mengarah kepada tujuan dilaksanakannya konseling kelompok.
2. Peran konselor harus dipertegas
3. Durasi waktu pelaksanaan konseling apakah cukup hanya 15 menit pada setiap sesi

## 2. PENILAIAN PEDOMAN SECARA KHUSUS

NO	ASPEK YANG DINILAI	SKALA PENILAIAN
A. Mendeteksi Keyakinan Siswa yang Irasional		
1	Kejelasan tujuan kegiatan	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
2	Kejelasan petunjuk pelaksanaan kegiatan mendeteksi keyakinan konseli yang irasional	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
3	Kesesuaian kegiatan dengan tujuan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
4	Ketepatan pengaturan waktu	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
B. Membantah Keyakinan Siswa yang Irasional		
1	Kejelasan tujuan kegiatan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
2	Kejelasan petunjuk pelaksanaan kegiatan membantah keyakinan konseli yang irasional	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
3	Kesesuaian kegiatan dengan tujuan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
4	Ketepatan pengaturan waktu	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
C. Meyakinkan bahwa keyakinan yang irasional harus dihilangkan		
1	Kejelasan tujuan kegiatan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
2	Kejelasan petunjuk pelaksanaan kegiatan meyakinkan bahwa keyakinan yang irasional harus dihilangkan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
3	Kesesuaian kegiatan dengan tujuan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
4	Ketepatan pengaturan waktu	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
D. Mengarahkan tingkah laku yang seharusnya		
1	Kejelasan tujuan kegiatan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
2	Kejelasan petunjuk pelaksanaan kegiatan mengarahkan tingkah laku yang seharusnya	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
3	Kesesuaian kegiatan dengan tujuan	1 2 3 (4) Tidak jelas Jelas
4	Ketepatan pengaturan waktu	1 2 (3) 4 Tidak jelas Jelas
E. Memperkuat perilaku baru siswa setelah diberikan konseling		
1	Kejelasan tujuan kegiatan	1 2 (3) 4

		Tidak jelas	Jelas
2	Kejelasan petunjuk pelaksanaan kegiatan menguatkan perilaku baru siswa setelah diberikan konseling	1 2 3	4
		Tidak jelas	Jelas
3	Kesesuaian kegiatan dengan tujuan	1 2 3	4
		Tidak jelas	Jelas
4	Ketepatan pengaturan waktu	1 2 3	4
		Tidak jelas	Jelas

**SARAN-SARAN PERBAIKAN SECARA KHUSUS:**

1. Keterkaitan layanan konseling kelompok dengan Teknik REBT seharusnya ditambah kepada fungsi Pengentasan.
2. Pada RPL Pertemuan pertama bidang yang tertulis adalah bidang belajar, seharusnya bidang pribadi.

## Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup

**Daftar Riwayat Hidup**

1. Nama : Nur Hikmah Hartati
2. Tempat, Tanggal Lahir : Muara Teweh, 5 Februari 1999
3. Agama : Islam
4. Kewarganegaraan : Indonesia
5. Alamat : Jl. Cempaka Putih Gg. Paraguai Kel. Melayu,  
Kec. Teweh Tengah, Kab. Barito Utara  
Kalimantan Tengah
6. Pendidikan : a. TK Melati Al-Hidayah Muara Teweh  
b. SDN 2 Melayu Muara Teweh  
c. MTsN Muara Teweh  
d. MAN Barito Utara
7. Orang Tua : Hidup  
Nama Ayah : Suhardi  
Pekerjaan : Servis Elektronik  
Alamat : Jl. Cempaka Putih Gg. Paraguai  
Nama Ibu : Siti Jumrinah Ekawati  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
Alamat : Jl. Cempaka Putih Gg. Paraguai

Banjarmasin, 31 Mei 2022

Penulis

Nur Hikmah Hartati

## Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup

**Daftar Riwayat Hidup**

1. Nama : Nur Hikmah Hartati
2. Tempat, Tanggal Lahir : Muara Teweh, 5 Februari 1999
3. Agama : Islam
4. Kewarganegaraan : Indonesia
5. Alamat : Jl. Cempaka Putih Gg. Paraguai Kel. Melayu,  
Kec. Teweh Tengah, Kab. Barito Utara  
Kalimantan Tengah
6. Pendidikan : a. TK Melati Al-Hidayah Muara Teweh  
b. SDN 2 Melayu Muara Teweh  
c. MTsN Muara Teweh  
d. MAN Barito Utara
7. Orang Tua : Hidup  
Nama Ayah : Suhardi  
Pekerjaan : Servis Elektronik  
Alamat : Jl. Cempaka Putih Gg. Paraguai  
Nama Ibu : Siti Jumrinah Ekawati  
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga  
Alamat : Jl. Cempaka Putih Gg. Paraguai

Banjarmasin, 31 Mei 2022

Penulis

Nur Hikmah Hartati