

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN *SELF DEVELOPMENT* SISWA
(Penelitian pada Siswa SMK Negeri 2 Temanggung)**

SKRIPSI



Oleh :

**Sulasmi
16.0301.0037**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN *SELF DEVELOPMENT* SISWA
(Penelitian pada Siswa SMK Negeri 2 Temanggung)**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :

**Sulasmi
16.0301.0037**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : **Sulamsi**
NPM : **16.0301.0037**
Prodi : **Bimbingan dan Konseling**
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**
Judul Skripsi : **Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self Development Siswa**

Menyatakan bahwa skripsi yang telah saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata dikemudian hari merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Magelang, 12 Agustus 2017



Sulamsi
16.0301.0037

Magelang, 12 Agustus 2017

Tanda Pembimbing I

Tanda Pembimbing II

Dra. Sulastika, M.Pd.,
NIP. 19570307 196303 1 002

Andri Kusriati, NPM.
NIP. 217005175

PERSETUJUAN

SKRIPSI BERJUDUL

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN *SELF DEVELOPMENT* SISWA
(Penelitian pada Siswa SMK Negeri 2 Temanggung)**

Oleh :

Nama : Sulasmi
NPM : 16.0301.0037

Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang untuk Dipertahankan didepan Dosen
Dewan Penguji Guna Memperoleh Gelar Sarjana dalam Ilmu Pendidikan

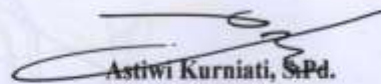
Magelang, 12 Agustus 2017

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Drs. Subiyanto, M.Pd.
NIP. 19570807 198303 1 002



Astiwi Kurniati, S.Pd.
NIP. 217008175

PENGESAHAN
SKRIPSI BERJUDUL
EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN *SELF DEVELOPMENT* SISWA
(Penelitian pada Siswa SMK Negeri 2 Temanggung)

Oleh :
Sulasmi
NPM. 16.0301.0037

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan
Studi pada Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Hari : Sabtu
Tanggal : 12 Agustus 2017

Tim Penguji Skripsi :

- | | | |
|--------------------------------|------------------------|-----------|
| 1. Drs. Subiyanto, M.Pd. | : Ketua / Anggota | (.....) |
| 2. Astiwi Kurniati, S.Pd. | : Sekretaris / Anggota | (.....) |
| 3. Dr. Purwati, MS.,Kons. | : Anggota | (.....) |
| 4. Drs. Arie Supriyatno, M.Si. | : Anggota | (.....) |

Mengesahkan

Dekan FKIP


Drs. Subiyanto, M.Pd.
NIP. 19570807 198303 1 002

MOTTO

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَلَدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصْلُ فِي عَامَتَيْنِ أَنْ أَشْكُرَ لِي وَلَوْلَاكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ ١٤

Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapaknya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu. (QS. Luqman : 14)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan untuk :

1. Orang tuaku tercinta Bapak Sudirman Alm, Bapak Suparman, dan Ibu Sukati, atas doa, kasih sayang dan dukungan yang selalu tercurahkan untukku. Serta kakak-kakakku yang aku sayangi.
2. Almamaterku Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Segala Puji dan syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat kesehatan dan kesempatan, serta memberkan taufik dan hidayah, dan inayah-Nya, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada Rasullullah SAW yang kita harapkan syafaatnya.

Skripsi ini penulis ajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar strata satu sarjana pendidikan (S, Pd.)

Selama menyelesaikan skripsi ini, banyak pihak yang telah membantu penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang (UMM)
2. Drs. Subiyanto, M.Pd , selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Sugiyadi, M. Pd, Kons selalu ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.
4. Drs. Subiyanto, M. Pd, selaku Dosen Pembimbing I dan Ibu Astiwi Kurniati, S. Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan pengarahan dalam penyelesaian skripsi ini. Terimakasih atas kesabaran dalam membimbing hingga terselesaikannya skripsi ini.
5. Dosen dan TU Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.
6. Suratman, S.TP, M. P selaku kepala sekolah SMK Negeri 2 Temanggung dan Eni Nurhayati, BA selaku guru pembimbing SMK Negeri 2 Temanggung yang banyak meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Semua pihak yang telah membantu, sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Jazzakallah Khairan Katsiran.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, karena tak ada gading yang tak retak, tak ada karya yang sempurna kecuali karya Sang Pencipta Allah SWT. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati, penulis sangat mengharapkan kritik yang konstruktif dan saran dari berbagai pihak untuk kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya, besar harapan penulis, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan, bagi pembaca pada umumnya dan bagi penulis pada khususnya.

Magelang, 12 Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
A. <i>Self Development</i>	7
1. Pengertian <i>Self Development</i>	7
2. Tujuan <i>Self Development</i>	11
3. Manfaat <i>Self Development</i>	12
4. Aspek-aspek <i>Self Development</i> rendah	14
B. Konseling Kelompok	14
1. Pengertian Konseling Kelompok	14
2. Tujuan Konseling Kelompok	16
3. Manfaat Konseling Kelompok	18
4. Fungsi Konseling Kelompok	20

5. Asas Konseling Kelompok.....	20
6. Keterampilan dalam Konseling Kelompok.....	22
7. Komponen Konseling Kelompok.....	23
8. Tahap-tahap Konseling Kelompok	26
C. Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan <i>Self Development</i> Siswa	28
D. Penelitian Relevan	30
E. Kerangka Berfikir.....	31
F. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Desain Penelitian.....	33
B. Setting dan Subyek Penelitian	33
C. Teknik Pengumpulan Data	34
D. Variabel Penelitian	35
E. Definisi Operasional Variabel.....	36
F. Prosedur Penelitian.....	37
G. Teknik Analisis Data.....	38
H. Indikator Keberhasilan	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil Penelitian	40
B. Pembahasan	92
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA.....	97
LAMPIRAN	99

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Indikator perilaku <i>Self Development</i> Rendah yang Muncul Berdasarkan Hasil Observasi Sebelum Tindakan	41
2. Indikator perilaku <i>Self Development</i> Rendah yang Muncul Berdasarkan Hasil Observasi Setelah Tindakan I	42
3. Matriks Pelaksanaan Tindakan pada siklus I Dengan Konseling Kelompok.....	43
4. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I AR	45
5. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I AH	46
6. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I RI	47
7. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I NA	47
8. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I UN	48
9. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I KA	49
10. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I IN	49
11. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus I TL	50
12. Indikator perilaku <i>Self Development</i> Rendah yang Muncul Berdasarkan Hasil Observasi Setelah Tindakan II	58
13. Matriks Pelaksanaan Tindakan pada Siklus II Dengan Konseling Kelompok	59
14. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II AR	61
15. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II AH	62

16. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II RI	62
17. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II NA	63
18. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II UN	64
19. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II KA	64
20. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II IN.....	65
21. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus II TL	66
22. Indikator perilaku <i>Self Development</i> Rendah yang Muncul Berdasarkan Hasil Observasi Setelah Tindakan III	75
23. Matriks Pelaksanaan Tindakan pada Siklus III Dengan Konseling Kelompok	75
24. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III AR	77
25. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III AH	78
26. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III RI	79
27. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III NA	79
28. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III UN	80
29. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III KA	81
30. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III IN	81
31. Perubahan Frekuensi Perilaku Sebelum dan Sesudah Siklus III TL	82
32. Frekuensi Peningkatan <i>Self Development</i> Siklus I sampai Siklus III	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir.....	32
2. Prosedur Penelitian.....	38

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN *SELF DEVELOPMENT* SISWA (Penelitian pada Siswa SMK Negeri 2 Temanggung)

Sulasmi

ABSTRAK

Tujuan penelitian adalah untuk meningkatkan *self development* siswa kelas XI SMK Negeri 2 Temanggung.

Rancangan penelitian adalah Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) dengan menggunakan tiga siklus, setiap siklus terdiri dari empat tahap, yaitu : Rencana tindakan, Pelaksanaan tindakan, Observasi dan Refleksi, Evaluasi tindakan. Subyek penelitian ini ada delapan orang siswa . Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data adalah deskriptif kualitatif.

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa melalui penerapan konseling kelompok dapat meningkatkan *self development* pada siswa kelas XI SMK Negeri 2 Temanggung Tahun ajaran 2015/2016. Peningkatan tersebut dapat dibuktikan dengan perolehan persentase perubahan sebesar 70%. Perubahan tersebut dapat dipahami bahwa siswa yang tadinya rendah menjadi meningkat.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, Self Development.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sistem pendidikan nasional Indonesia kini berada dalam lingkungan yang dinamis. Dinamika perubahan itu ditunjukkan melalui tiga skala yaitu global, nasional, dan lokal. Perubahan tersebut membawa tuntutan akan pentingnya peningkatan kualitas sumber daya manusia. Melalui pendidikan, bangsa Indonesia dapat mengembangkan sumber daya manusia (SDM) yang memiliki rasa percaya diri untuk bersaing dengan bangsa-bangsa lain di dunia. Pendidikan yang dibutuhkan oleh bangsa Indonesia adalah pendidikan yang dapat mengembangkan potensi masyarakat, mampu menumbuhkan kemauan, serta membangkitkan semangat generasi bangsa untuk menggali berbagai potensi, dan mengembangkannya secara utuh dan menyeluruh.

Dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan Indonesia, pemerintah terus berupaya melakukan berbagai reformasi dalam bidang pendidikan, diantaranya adalah dengan diluncurkannya Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 Tahun 2006 tentang Standar isi menyatakan bahwa: pengembangan diri merupakan salah satu komponen struktur kurikulum setiap satuan pendidikan. Pengembangan diri bukan merupakan mata pelajaran yang harus diajarkan oleh guru. Pengembangan diri bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri

difasilitasi dan dibimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan pengembangan diri dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling yang berkenaan dengan masalah diri pribadi dan kehidupan sosial, belajar, dan pengembangan karir peserta didik (Kemendiknas, 2006:17).

Dari peraturan tersebut memuat beberapa hal penting diantaranya bahwa satuan pendidikan dasar dan menengah mengembangkan dan menetapkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah, yang kemudian dipopulerkan dengan istilah KTSP. Di dalam KTSP, struktur kurikulum yang dikembangkan mencakup tiga komponen yaitu: (1) Mata Pelajaran (2) Muatan Lokal dan (3) Pengembangan Diri.

Undang-undang yang mengarah pada *self development* terdapat pada UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1, Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Neagara.

Sesuai dengan pusat kurikulum, Balitbang Depdiknas tentang pelaksanaan kegiatan pengembangan diri, menjelaskan bahwa kegiatan pengembangan diri merupakan upaya pembentukan watak dan kepribadian

serta pengembangan bakat, minat dan keunikan diri peserta didik dilaksanakan melalui kegiatan-kegiatan berikut ini :

1. Kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan secara terjadwal di dalam kelas dan di ruang konseling serta pelayanan yang bersifat insidental kepada peserta didik berkenaan dengan masalah diri pribadi, kehidupan sosial, dan kegiatan belajar, serta pengembangan karir.
2. Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan secara terjadwal di luar kelas oleh guru-guru pembina ekstrakurikuler, dikoordinir oleh wakil kepala sekolah bagian kesiswaan. Peran konselor dalam hal ini sebagai *need assesment* dan wadah untuk memberikan pembinaan mengenai pengembangan potensi peserta didik, pelayanan konsultasi serta membantu mengatasi permasalahan-permasalahan yang mungkin timbul dalam kegiatan tersebut.
3. Pembiasaan yang ditumbuhkan melalui kegiatan rutin, spontan, dan keteladanan yang baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Sedangkan pembiasaan melalui kegiatan terprogram dilaksanakan secara bertahap disesuaikan dengan kalender pendidikan, semua guru berpartisipasi aktif dalam membentuk watak, kepribadian dan kebiasaan positif. Peran konselor dalam hal ini memberikan bimbingan dan konseling, arah pengembangan kebiasaan peserta didik dalam kehidupan sehari-hari dan sekaligus mengkoordinir penilaian perilaku mereka melalui pengamatan guru-guru terkait.

Kegiatan *self development* pada satuan pendidikan kejuruan khususnya pelayanan bimbingan konseling ditujukan untuk pengembangan kreativitas dan karir. Satuan pendidikan khusus, pelayanan bimbingan konseling menekankan peningkatan kecakapan hidup sesuai dengan kebutuhan khusus peserta didik.

Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa di lingkungan sekolah masih banyak terdapat siswa yang memiliki *self development* rendah dengan ciri kurang percaya diri, bermalas-malasan, kurang mandiri dan kurang terlibat dalam kegiatan kelompok. Berdasarkan rekomendasi dari guru BK, bahwa siswa kelas XI yang terdiri dari 141 siswa, ada 8 siswa yang memiliki *self development* rendah. Keadaan seperti ini tentunya dapat mempengaruhi siswa dalam mengikuti proses belajar khususnya dalam pengembangan dirinya.

Upaya untuk meningkatkan *self development* siswa telah dilakukan oleh pihak sekolah, dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler yang bermacam-macam, akan tetapi belum mengalami peningkatan. Oleh sebab itu perlu adanya solusi lain yang harus dilakukan untuk meningkatkan *self development* siswa, salah satunya dengan penerapan konseling kelompok.

Sementara Prayitno (1995) konseling kelompok adalah upaya untuk membantu individu agar dapat menjalani perkembangannya dengan lebih lancar, upaya itu bersifat pencegahan serta perbaikan agar individu yang bersangkutan dapat menjalani perkembangannya dengan lebih mudah.

Berdasarkan uraian di atas perlu dikaji secara ilmiah, oleh karena itu peneliti bermaksud melakukan penelitian yang berjudul Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Development* Siswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang dapat diangkat melalui penelitian ini adalah: “Apakah Konseling Kelompok efektif untuk meningkatkan *Self Development* siswa ?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok untuk meningkatkan *self development* siswa.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan dari permasalahan dan tujuan di atas, maka dalam penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi beberapa pihak, baik manfaat yang bersifat teoritis maupun yang bersifat praktis yaitu sebagai berikut :

1. Secara teoritis

- a. Peneliti memperoleh pengalaman empiris, khususnya mengenai efektivitas konseling kelompok untuk meningkatkan *self development* siswa.

- b. Dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan tentang layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self development* siswa bagi kalangan akademisi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Magelang.

2. Secara praktis

- a. Bagi Siswa
Menambah pengetahuan tentang *self development* siswa sehingga lebih bertanggung jawab atas perilakunya.
- b. Bagi Guru Pembimbing
Sebagai bahan masukan bagi guru dalam memberikan layanan konseling kelompok tentang *self development* dan masalah-masalah siswa yang lainnya bervariasi.
- c. Bagi Sekolah
Dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan kepada sekolah dalam kaitannya dengan usaha meningkatkan *self development* siswa.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self Development*

a) Pengertian *Self Development*

Istilah diri (*self*) tidak sepenuhnya identik dengan kepribadian (*personality*). Istilah diri dalam bahasa psikologi disebut pula sebagai aku, ego atau *self* yang merupakan salah satu aspek sekaligus inti dari kepribadian, yang di dalamnya meliputi segala kepercayaan, sikap, perasaan, dan cita-cita, baik yang disadari atau pun yang tidak disadari. Aku yang disadari oleh individu biasa disebut *self picture* (gambaran diri), sedangkan aku yang tidak disadari disebut *unconscious aspect of the self* (aku tak sadar) Sukmadinata (2005: 38).

Menurut Freud (Hurlock, 1990: 67) ego atau diri merupakan eksekutif kepribadian untuk mengontrol tindakan (perilaku) dengan mengikuti prinsip kenyataan atau rasional, untuk membedakan antara hal-hal terdapat dalam batin seseorang dengan hal-hal yang terdapat dalam dunia luar.

Self Development juga merupakan suatu usaha individu untuk memenuhi kebutuhan aktualisasi diri. Kebutuhan aktualisasi diri itu sendiri merupakan kebutuhan puncak atau tertinggi (*meta needs*) diantara kebutuhan-kebutuhan manusia menurut versi Abraham Maslow (Winkel, 2004: 67). Kebutuhan-kebutuhan dibawahnya adalah fisiologis (dasar) (*physiological needs*), kebutuhan akan rasa aman (*safety needs*),

kebutuhan akan kasih sayang (*love and belonging needs*), dan kebutuhan akan harga diri (*self esteem needs*).

Sedangkan menurut Latipun (2006: 90), *self development* bisa dikategorikan pada usaha pemenuhan kebutuhan untuk berprestasi (dikenal dengan *n'Ach – need for achievement*). Prestasi disini adalah dalam pengertian luas, tidak sekedar dibatasi lingkup akademis (seperti nilai, Indeks Prestasi), namun juga termasuk prestasi-prestasi dalam bentuk lain yang memberikan kontribusi positif bagi individu yang bersangkutan maupun bagi masyarakat luas. Dengan kata lain, individu yang senantiasa melakukan *self development* akan senantiasa dimotivasi oleh keinginannya untuk mencetak prestasi-prestasi baru.

Dengan demikian individu tersebut juga senantiasa berada pada posisi pengaktualisasian-pengaktualisasian diri yang tidak sekedar *to be or not to be*, tetapi *becoming or unbecoming*. Melalui pemuasan kebutuhan aktualisasi diri, keberadaan manusia tidak pernah menjadi suatu kondisi yang tetap, tetapi menjadi sesuatu yang selalu berkembang.

Dengan memperhatikan dasar teoritik tersebut di atas, kita bisa melihat arah dan hasil yang diharapkan dari kegiatan *self development* di sekolah yaitu terbentuknya keyakinan, sikap, perasaan dan cita-cita para peserta didik yang realistis, sehingga peserta didik dapat memiliki kepribadian yang sehat dan utuh.

Dalam kamus bahasa inggris bahwa *development* mempunyai arti perkembangan. Dalam istilah psikologi *development* berarti

pengembangan yang bermakna suatu wujud kegiatan yang menginginkan adanya perubahan dari kondisi yang lebih baik.

Menurut Hurlock (1990: 53), perkembangan adalah individu pola gerakan atau perubahan yang secara dinamis dimulai dari pembuahan atau konsepsi dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan manusia yang terjadi akibat dari kematangan dan pengalaman.

Bahwa *develompent* merupakan proses perubahan manusia kearah yang lebih baik, perubahan tersebut dapat di tinjau dari sikap maupun keahliannya dalam bidang tertentu, hal ini merupakan perpaduan antara perubahan intelektual, emosional, spiritual maupun fisik, Tim UNY (2008:1).

Self development merupakan bentuk perwujudan dari aktualisasi diri, yaitu proses untuk mewujudkan dirinya yang terbaik sejalan dengan potensi dan kemampuan yang dimilikinya. Setiap individu mempunyai kekuatan yang bersumber dari dirinya, namun banyak orang yang merasa tidak mempunyai kemampuan apa-apa, merasa dirinya tidak berguna dan tidak mampu mencapai aktualisasi diri.

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 Tahun 2006 tentang Standar isi menyatakan bahwa : pengembangan diri merupakan salah satu komponen struktur kurikulum setiap satuan pendidikan. Pengembangan diri bukan merupakan mata pelajaran yang harus diasuh oleh guru. Pengembangan diri bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri

sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan dibimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan pengembangan diri dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling yang berkenaan dengan masalah diri pribadi dan kehidupan sosial, belajar, dan pengembangan karir peserta didik, Kemendiknas (2006:17).

Kegiatan-kegiatan yang tercakup dalam *self development*, diantaranya pemecahan masalah pribadi dan kehidupan sosial, penanganan masalah belajar, pengembangan karir, dan kegiatan-kegiatan yang tercakup dalam ekstrakurikuler. *self development* pada Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) terutama ditujukan untuk bimbingan karir dan pengembangan kreativitas peserta didik.

Alokasi waktu pengembangan diri setara (*ekuivalen*) dengan dua jam pelajaran. Pembimbing dari kegiatan *self development* adalah pendidik, instruktur dan alumni di bawah koordinasi konselor (guru Bimbingan Konseling atau Bimbingan Penyuluhan). Penilaian *self development* dilakukan dengan cara observasi dan bentuk nilainya diberikan secara kualitatif deskriptif. Penilai *self development* dilakukan oleh pembimbing kegiatan pengembangan diri di bawah koordinasi konselor (guru BK/ BP).

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *self development* merupakan proses pertumbuhan yang terjadi secara terus

menerus, berkembang dan selalu berada dalam kemantapan hati demi suatu perbaikan, pengoptimalan potensi-potensi yang dimiliki dan usaha meminimalakan kekurangan-kekurangan yang ada.

b) Tujuan *Self Development*

a) Tujuan Umum

Self development bertujuan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, kondisi dan perkembangan peserta didik, dengan memperhatikan kondisi sekolah/ madrasah.

b) Tujuan Khusus

1. Bakat
2. Minat
3. Kreativitas
4. Kompetensi dan kebiasaan dalam kehidupan
5. Kemampuan kehidupan keagamaan
6. Kemampuan sosial
7. Kemampuan belajar
8. Wawasan dan perencanaan karir
9. Kemampuan pemecahan masalah
10. Kemandirian

Tujuan *self development* Membantu memandirikan peserta didik dengan berkembangnya potensi, bakat, minat, serta keunikan diri bagi kebahagiaan hidupnya.

3. Manfaat *Self Development*

Ada banyak manfaat positif yang bisa diperoleh dari *self development* ini, yang belum tentu bisa diperoleh melalui kegiatan belajar di sekolah. Menurut Habib El Bika (2012) ada beberapa manfaat penting adanya kegiatan *self development* diantaranya :

- a. Berpartisipasi dalam kegiatan lain setelah sekolah dapat membantu anak menentukan prioritas dan membagi waktu antara pekerjaan rumah, tugas sekolah, dan kegiatan lain di luar rumah.
- b. Jika anak menyukai kegiatan ekstrakurikuler tertentu, misalnya basket, mereka pastinya menyadari bahwa memerlukan komitmen dan kedisiplinan yang kuat untuk menguasainya. Disini mereka akan belajar untuk menentukan tujuan dan lebih disiplin.
- c. Sikap keingin-tahuan anak terhadap hal-hal baru akan mendorong mereka untuk lebih bereksplorasi, mencoba tantangan baru, mendapat teman baru, dan membangun kepercayaan diri.
- d. Diluar kelas biasanya anak akan lebih mudah mengekspresikan sisi emosionalnya. Hal ini akan memberikan kesenangan dari diri si anak yang akan dapat menyeimbangkan otak kiri dan otak kanannya.

- e. Berhubungan dengan orang-orang dalam satu klub ekstrakurikuler akan membantu anak mengasah keterampilan kepemimpinan, inisiatif, dan perencanaan.
- f. Jenny Edmonds di Murdoch University School of Psychology mengatakan kegiatan ekstrakurikuler penting untuk sosialisasi. “Anak-anak belajar untuk menguasai keterampilan formal seperti berhubungan dengan temannya, bermain baik secara individu maupun kerjasama tim. Ini tentunya akan membantu anak menghadapi kehidupan dan menyesuaikan dalam kehidupan orang dewasa nantinya.
- g. Ikut ambil bagian dalam komunitas dapat meningkatkan harga diri anak, kebahagiaan dan mengajarkan anak akan nilai-nilai yang ada dalam komunitas tersebut. Ini penting bagi kesiapan anak pada saat terjun dalam kehidupan bermasyarakat nanti.

4. Aspek-aspek *self development* rendah

Menurut Slameto (2003: 65-69), bentuk dari *self development* rendah adalah :

- a) Kurangnya kepercayaan pada diri sendiri,
- b) Bermalas-malasan, keaktifan dalam menerima tugas kurang
- c) Tidak mandiri, menggantungkan kepada teman
- d) Kurang keterlibatan dalam kegiatan kelompok
- e) Tidak mengenali potensi diri,

Sedangkan indikator perilaku *self development* yang ada pada siswa dan yang ingin ditingkatkan dalam penelitian ini yaitu:

- a) Kurangnya kepercayaan pada diri sendiri,
- b) Bermalas-malasan, keaktifan dalam menerima tugas kurang
- c) Tidak mandiri, menggantungkan kepada teman
- d) Kurang keterlibatan dalam kegiatan kelompok

B. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Sukardi (2003) konseling kelompok merupakan konseling yang di selenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir).

Menurut Gazda (Wibowo, 2005) konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis yang memusatkan diri pada pikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi seperti sikap permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling pengertian, saling menerima dan membantu.

Menurut Juntika (2013:7-8) Konseling Kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Dari uraian-uraian yang disampaikan beberapa ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwasannya konseling kelompok merupakan salah satu layanan konseling yang di selenggarakan dalam suasana kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok, serta terdapat hubungan konseling yang hangat, terbuka, permisif dan penuh keakraban, hal ini merupakan upaya individu untuk membantu individu agar dapat menjalani perkembangannya dengan lebih lancar, upaya itu bersifat preventif dan perbaikan. Sebab, pada konseling kelompok juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui konseling kelompok hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal, Tohirin (2007:181).

Meskipun dilaksanakan secara bersama-sama dalam kelompok, tujuan utama konseling kelompok tetap mengarah pada tujuan masing-

masing individu anggota kelompok. Secara umum, tujuan yang dapat diperoleh konseli dalam konseling kelompok adalah :

1. Konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian, yang akan membawa dampak positif dalam kehidupannya dengan orang lain disekitarnya.
2. Konseli mampu mengembangkan keterampilan berkomunikasi dengan anggota kelompok, khususnya, dan atau dengan orang lain, sehingga dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya, dan menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada setiap fase-fase perkembangannya.
3. Masing-masing konseli mampu menemukan dan memahami dengan lebih baik terhadap dirinya sendiri, sehingga dapat menerima dirinya sendiri dan terbuka terhadap aspek-aspek kepribadiannya yang positif.
4. Konseli mampu mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, dimulai dari hubungan antarpribadi di dalam kelompok, dan dilanjutkan dalam kehidupan sehari-hari di dalam lingkungan masyarakat.
5. Konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain, dan lebih mampu menghayati dan memahami perasaan orang lain, sehingga membuat konseli lebih sensitif terhadap kebutuhan psikologis dirinya sendiri dan orang lain.

6. Konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain, sehingga konseli tidak akan merasa terisolir lagi dengan masalah yang dihadapi, konseli mendapatkan pemahaman baru bahwa bukan hanya dirinya yang mengalami masalah tersebut.
7. Konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan bersama yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang lain.
8. Konseli dapat menetapkan suatu sasaran atau target yang ingin dicapai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.

Secara khusus, tujuan konseling kelompok adalah membantu konseli agar menjadi lebih terbuka dan jujur terhadap dirinya sendiri dan orang lain, belajar mempercayai diri sendiri dan orang lain, berkembang untuk lebih menerima diri sendiri, belajar berkomunikasi dengan orang lain, belajar untuk lebih akrab dengan orang lain, belajar untuk bergaul dengan sesama dan atau lawan jenis, belajar memberi dan menerima, menjadi peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, dan meningkatkan kesadaran diri sehingga akan merasa lebih bebas dan tegas dalam memilih.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Tujuan yang ingin dicapai dalam konseling kelompok, yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-

masing anggota kelompok, agar terhindar dari masalah dan masalah terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain.

3. Manfaat Konseling Kelompok

Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam artian konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mengaktualisasikan dirinya. Dengan penguatan dari kelompok, konseli bisa terdorong untuk melakukan eksplorasi potensi diri maupun kelemahannya. Konseling kelompok dapat menyediakan rasa aman yang dibutuhkan anggota kelompok untuk secara spontan dan bebas berinteraksi dan mengambil resiko sehingga meningkatkan kemungkinan mereka untuk saling berbagi pengalaman dengan orang lain yang memiliki pengalaman serupa.

Konseling kelompok dapat memberikan individu berbagai macam pengalaman kelompok yang membantu mereka belajar berfungsi secara efektif, mengembangkan toleransi terhadap stress dan kecemasan, dan menemukan kepuasan bersama dalam bekerja dan hidup bersama orang lain. Melalui kelompok, dengan kontak kelompok membawa individu pada kesadaran diri bahwa ada cara pandang yang berbeda dengan dirinya mengenai dirinya sendiri, dan reaksi kelompok dapat membawa seseorang mempertimbangkan persepsi lain dari dirinya. Ini terjadi

dengan kesadaran yang tulus, yang difasilitasi oleh interaksi kelompok. Melalui interaksi dengan anggota kelompok, individu juga akan mengembangkan berbagai keterampilan yang pada intinya meningkatkan kepercayaan diri, kepercayaan terhadap orang lain, dan bagaimana berfikir positif terhadap orang dan persoalan-persoalan yang dihadapinya.

4. Fungsi Konseling Kelompok

Konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yakni (1) preventif, yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya masalah pada individu, dalam arti bahwa individu memiliki kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain; (2) kuratif, yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mengatasi masalah yang dialami individu. Membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, dan pengarahan kepada individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya.

5. Asas Konseling Kelompok

Asas-asas yang ada dalam konseling kelompok menurut Prayitno (2008:115-119) diantaranya adalah sebagai berikut :

- a) Asas Kerahasiaan adalah segala sesuatu yang di bicarakan klien kepada konselor tidak boleh disampaikan kepada orang lain, atau lebih-lebih hal atau keterangan yang tidak boleh atau atau tidak layak diketahui orang lain.
- b) Asas Kesukarelaan, Proses bimbingan dan konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak si terbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor.
- c) Asas Keterbukaan, Dalam pelaksanaan bimbingan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan, baik keterbukaan dari konselor maupun dari klien. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, malahan lebih dari itu, diharapkan masing-masing pihak bersangkutan bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah individu yang membutuhkan bimbingan diharapkan dapat berbicara sejujur mungkin dan berterus terang diri sendiri sehingga dengan keterbukaan ini penelaah serta pengkaji berbagai kekuatan dan kelemahan si terbimbing dapat dilaksanakan.
- d) Asas Kekinian, Masalah individu yang di tanggulasi adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang sudah lampau dan juga bukan masalah yang mungkin akan di alami di masa yang akan datang.

- e) Asas Kenormatifan, Usaha bimbingan dan konseling tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku baik ditinjau dari norma agama, norma adat, norma hukum/negara, norma ilmu maupun kebiasaan sehari-hari.
- f) Asas kegiatan, Usaha bimbingan dan konseling tidak akan memberikan buah yang berarti bila klien tidak melakukan sendiri kegiatan dalam mencapai tujuan bimbingan dan konseling.

6. Ketrampilan dalam konseling kelompok

Menurut Santoso (2004:19-26) berbagai Ketrampilan dalam Konseling Kelompok Sebagai berikut :

- a) Active Listening (Mendengar Aktif)
- b) Refleksi
- c) Klarifikasi dan Bertanya
- d) Meringkas
- e) Menghubungkan (Linking)
- f) Ceramah Singkat dan Pemberian Informasi
- g) Mendorong dan Pendukung
- h) Pengatur Nada
- i) Pemodelan dan Self-Disclosure
- j) Penggunaan mata
- k) Penggunaan Suara
- l) Penggunaan Energi Pemimpin

- m) Mengidentifikasi Pengikut
- n) Pemahaman Multicultural
- o) Focusin

7. Komponen-komponen Konseling Kelompok

a. Pimpinan layanan konseling kelompok

Pemimpin kelompok merupakan komponen yang penting dalam kegiatan konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam kelompok tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin konseling kelompok, serta fungsi pemimpin kelompok.

Adapun peranan pemimpin konseling kelompok menurut Prayitno (Mahfuzoh, 2005:31) adalah sebagai berikut; Pemimpin konseling kelompok dapat memberi bantuan, pengarahan, ataupun campur tangan terhadap kegiatan konseling kelompok; Pemimpin konseling kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam konseling kelompok itu baik perasaan anggota tertentu atau keseluruhan anggota; Jika anggota itu kurang

menjurus ke arah yang dimaksudkan maka pemimpin konseling kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan; Pemimpin konseling kelompok juga memberikan tanggapan (umpan balik) tentang hal yang terjadi dalam konseling kelompok baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan konseling kelompok; Pemimpin konseling kelompok diharapkan mampu mengatur jalannya “lalu lintas” kegiatan konseling kelompok. Sifat kerahasiaan dari kegiatan konseling kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul di dalamnya juga menjadi tanggung jawab pemimpin konseling kelompok.

b. Anggota layanan konseling kelompok

Keanggotaan merupakan unsur pokok dalam proses kehidupan konseling kelompok, untuk keanggotaan konseling kelompok yang ideal adalah 6 orang meskipun pada umumnya anggota berjumlah antara 4-10 orang Wibowo (2005:18). Kegiatan atau kehidupan konseling kelompok itu sebagian besar dirasakan atas peranan anggotanya. Adapun peranan anggota konseling kelompok menurut Prayitno (Mahfudzoh, 2005:26) antara lain, membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antara anggota konseling kelompok, Mencerahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri kegiatan konseling kelompok, Berusaha yang dilakukan itu membantu tercapainya tujuan bersama, Membantu tersusunnya

aturan konseling kelompok dan berusaha memenuhinya dengan baik, benar-benar berusaha secara efektif ikut serta dalam seluruh kegiatan konseling kelompok. Perlu diketahui bahwa anggota kelompok dalam konseling kelompok yang dilakukan peneliti ini atas dasar rekomendasi dari guru pembimbing.

Dengan adanya hal tersebut maka tanggung jawab anggota dalam kegiatan proses layanan konseling kelompok dapat meliputi: menghindari pertemuan secara teratur, menepati waktu, mengambil resiko akibat dari proses kelompok, bersedia berbicara mengenai diri sendiri, memberikan balikan kepada anggota konseling kelompok lain dan memelihara kerahasiaan.

c. Dinamika layanan konseling kelompok

Dinamika layanan konseling kelompok adalah suasana konseling kelompok yang hidup, ditandai oleh semangat bekerja sama antar anggota konseling kelompok untuk mencapai tujuan konseling kelompok. Dalam suasana seperti ini anggota konseling kelompok menampilkan dan membuka diri serta memberi sumbangan bagi suksesnya kegiatan konseling kelompok.

Prayitno (Mahfudzon, 2005:33) mengemukakan secara khusus dinamika layanan konseling kelompok dapat dimanfaatkan untuk pemecahan masalah pribadi para anggota konseling kelompok yaitu apabila interaksi dalam konseling kelompok itu difokuskan pada pemecahan masalah pribadi yang dimaksudkan. Melalui

dinamika layanan konseling kelompok yang berkembang masing-masing anggota konseling kelompok akan menyumbang baik langsung maupun tidak langsung proses pemecahan masalah pribadi tersebut. Kehidupan konseling kelompok akan menentukan arah dan gerak pencapaian tujuan layanan konseling kelompok.

Layanan konseling kelompok memanfaatkan dinamika konseling kelompok sebagai media untuk membimbing anggota konseling kelompok dalam mencapai tujuan. Media dinamika layanan konseling kelompok ini adalah unik dan hanya ditemukan dalam suatu konseling kelompok yang benar-benar hidup. Konseling kelompok yang hidup adalah konseling kelompok yang dinamis, bergerak dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan. Prayitno (1995: 27).

6. Tahap-tahap Konseling Kelompok

Dalam pelaksanaan konseling kelompok Prayitno (1994) membagi kegiatan menjadi 4 tahap yaitu:

a) Tahap I

Tahap ini dinamakan tahap pembentukan, dimana anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan kegiatan konseling kelompok yang ingin dicapai. Tahap ini ditandai dengan terlibatnya anggota dalam kegiatan kelompok.

b) Tahap II

Tahap ini dinamakan tahap peralihan. Pada tahap peralihan biasanya diwarnai dengan suasana ketidakseimbangan dalam diri masing-masing anggota kelompok. Tahap ini merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap berikutnya. Oleh karena itu, apabila tahap peralihan dapat dilalui dengan baik, maka diharapkan tahap-tahap berikutnya akan dapat juga berjalan dengan baik.

c) Tahap III

Tahap ini dinamakan tahap kegiatan. Tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kelompok. Kegiatan kelompok pada tahap ini tergantung pada hasil dari dua tahap sebelumnya. Jika tahap-tahap sebelumnya berhasil baik, maka tahap ketiga ini akan berlangsung dengan lancar dan pemimpin kelompok mungkin sudah bisa lebih santai dan membiarkan anggota kelompok melakukan kegiatan tanpa banyak campur tangan dari pimpinan kelompok.

d) Tahap IV

Tahap ini dinamakan tahap pengakhiran. Berkenaan dengan pengakhiran kegiatan kelompok, pokok perhatian hendaknya lebih ditujukan kepada hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu ketika menghentikan pertemuan. Kegiatan kelompok sebelumnya dan hasil-hasil yang dicapai sebaiknya mendorong kelompok tersebut untuk terus melakukan kegiatan sehingga tujuan bersama tercapai penuh. Dalam hal ini anggota kelompok yang menetapkan sendiri kapan kelompok itu akan bertemu. Ketika kelompok memasuki tahap

pengakhiran kegiatan kelompok dipusatkan pada pembahasan-pembahasan dan penjelajahan tentang apakah para anggota kelompok akan mampu menerapkan hal-hal yang telah mereka pelajari pada kehidupan sehari-hari. Yang lebih penting lagi adalah bahwa pada akhir kegiatan para anggota kelompok benar-benar telah memetik sesuatu hasil yang berharga dari kegiatan yang diikutinya.

C. Efektivitas Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan *Self Development* Siswa

Munculnya *Self Development* yang rendah pada beberapa siswa SMK N 2 Temanggung membuat peneliti tergugah untuk meningkatkan self development bagi anak yang kurang mampu mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan bakat, dan minatnya. Indikator siswa yang mempunyai *self development* rendah di SMK N 2 Temanggung yaitu kurang percaya diri, bermalas-malasan, kurang mandiri, kurang terlibat dalam kegiatan kelompok.

Self development merupakan bentuk perwujudan dari aktualisasi diri, yaitu proses untuk mewujudkan dirinya yang terbaik sejalan dengan potensi dan kemampuan yang dimilikinya. Setiap individu mempunyai kekuatan yang bersumber dari dirinya, namun banyak orang yang merasa tidak mempunyai kemampuan apa-apa, merasa dirinya tidak berguna dan tidak mampu mencapai aktualisasi diri.

Self development juga sebagai upaya pembentukan watak dan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling berkenaan dengan masalah pribadi dan kehidupan sosial, kegiatan belajar, dan pengembangan karir, serta kegiatan ekstrakurikuler melalui pemberian Konseling Kelompok.

Layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok ialah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang ditandai dengan adanya interaksi antar sesama anggota kelompok Prayitno (Vitalis, 2008:63).

Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam artian konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mengaktualisasikan dirinya. Penguatan dari kelompok, konseli bisa terdorong untuk melakukan eksplorasi potensi diri maupun kelemahannya. Konseling kelompok dapat menyediakan rasa aman yang dibutuhkan anggota kelompok untuk secara spontan dan bebas berinteraksi dan mengambil resiko sehingga meningkatkan kemungkinan mereka untuk saling berbagi pengalaman dengan orang lain yang memiliki pengalaman serupa.

Dengan demikian konseling kelompok membantu konseli agar menjadi lebih terbuka dan jujur terhadap dirinya sendiri dan orang lain, belajar mempercayai diri sendiri dan orang lain, berkembang untuk lebih menerima diri sendiri, belajar berkomunikasi dengan orang lain, belajar untuk lebih akrab dengan orang lain, belajar untuk bergaul dengan sesama dan atau lawan jenis, belajar memberi dan menerima, menjadi peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, dan meningkatkan kesadaran diri sehingga akan merasa lebih bebas dan tegas dalam memilih, dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna mencapai tujuan tertentu, tujuan dalam penelitian ini adalah meningkatkan *Self Development*.

D. Penelitian Relevan

Penelitian Relevan yang pernah dilakukan oleh Nisrina (2015), yang berjudul “layanan konseling kelompok dalam meningkatkan rasa percaya siswa” SMK Negeri 1 Depok, Sleman, Yogyakarta. Penelitian yang digunakan adalah dengan menggunakan penelitian deskriptif kualitatif. Peningkatan rasa percaya diri siswa sebesar 75%. Hasil dari penelitian tersebut bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa di SMK Negeri 1 Depok.

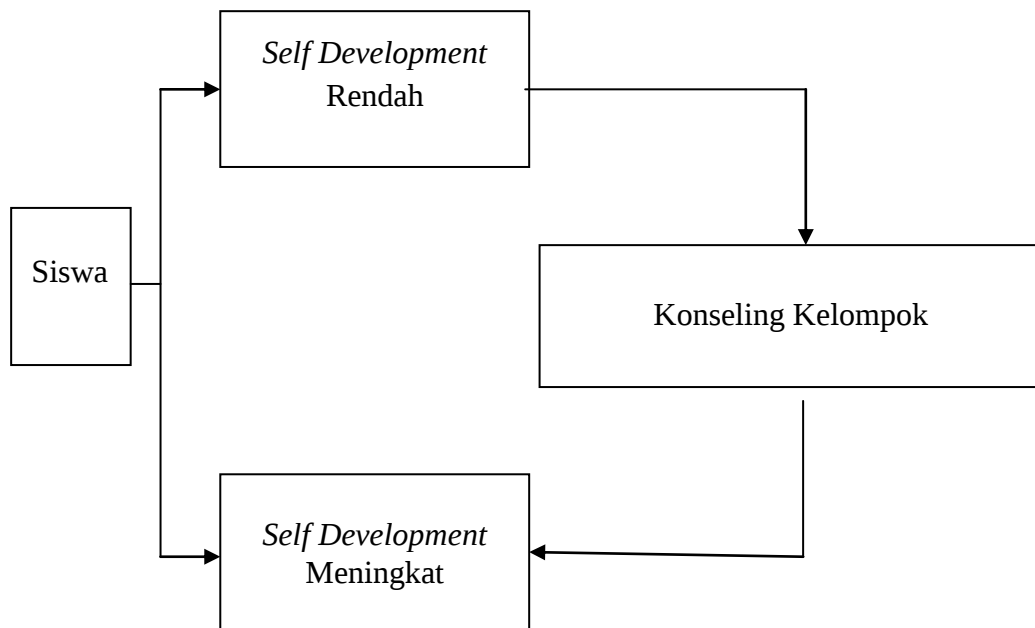
Penelitian yang sesuai juga dilakukan oleh Hidayanti (2007), yang berjudul “Keefektifan Layanan Konseling Kelompok Siswa Dalam Pengambilan Keputusan Pemilihan Jurusan” kelas X-4 SMA Kesatrian I Semarang. Jenis penelitian yang digunakan adalah pre-experimen design,

desain penelitiannya pre test and post test design. Hasil penelitiannya meningkat sebesar 78,63%. Sehingga dengan peningkatan presentase tersebut bahwa konseling kelompok efektif untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam pengambilan keputusan pemilihan jurusan siswa X-4 SMA Kesatrian I Semarang.

E. Kerangka Berfikir

Siswa yang memiliki *self development* rendah akan merasa kurang mampu mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan bakat, dan minat, mengaktualisasikan dirinya dan kurang mampu dalam membentuk watak dan kepribadiannya. Hal ini yang nantinya akan menghambat siswa dalam beraktualisasi diri dengan potensi dan kemampuan yang dimilikinya, sehingga dapat membentuk percaya diri rendah atau minder, yaitu merasa tidak mempunyai kemampuan apa-apa, merasa dirinya tidak berguna dan tidak mampu mencapai aktualisasi diri. Oleh karena itu, peneliti memberikan konseling kelompok untuk mengatasi permasalahan kurang percaya diri, bermalas-malasan, tidak mandiri dan kurang terlibat dalam kegiatan kelompok, sehingga *self development* dapat ditingkatkan.

Untuk mengetahui secara jelas kerangka berpikir dalam penelitian ini, dapat dilihat dalam skema sebagai berikut :



Gambar 1
Kerangka Berpikir

F. Hipotesis Tindakan

Menurut Good dan Scates (Nazir, 2005:151), hipotesis adalah sebuah taksiran atau referensi yang dirumuskan serta diterima untuk sementara yang dapat menerangkan fakta-fakta yang diamati ataupun kondisi-kondisi yang diamati, dan digunakan sebagai petunjuk untuk langkah-langkah penelitian selanjutnya. Hipotesis tindakan dari penelitian ini adalah konseling kelompok efektif untuk meningkatkan *self development* siswa.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain Penelitian merupakan rancangan proses-proses yang akan digunakan sebagai pedoman sebuah penelitian yang dimulai dari perencanaan hingga pelaksanaan penelitian. Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan BK.

Penelitian tindakan BK merupakan suatu metode penelitian yang diawali dengan mengumpulkan data tentang pelaksanaan kegiatan, keberhasilan dan hambatan yang dihadapi, dan kemudian menyusun rencana dan melakukan kegiatan penyempurnaan.

B. Setting dan Subyek Penelitian

1. Setting Penelitian

Tempat yang dijadikan lokasi pada penelitian ini adalah SMK Negeri 2 Temanggung dengan pertimbangan sebagai berikut:

- a. Lokasi dipilih sesuai kenyataan ditemukan siswa yang memiliki *self development* rendah.
- b. Sekolah tersebut memberikan ijin sebagai tempat penelitian, karena peneliti sebelumnya adalah alumni dari sekolah tersebut.
- c. Pemilihan tempat penelitian didasarkan pada alasan yang bersifat praktis dan efisien. Praktis artinya mudah dilaksanakan. Efisien berarti penggunaan waktu, tenaga, dan biaya yang relatif sedikit.

2. Subyek Penelitian

Subjek penelitian ini sebanyak 8 siswa. Delapan subyek penelitian memiliki frekuensi *self development* rendah yang menonjol. Hal ini dapat diketahui berdasarkan rekomendasi dari guru pembimbing dan wawancara peneliti dengan guru pembimbing, dan wali kelas yang sekaligus menjadi guru produktif/ jurusan.

C. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini akan menggunakan teknik observasi, wawancara. Penjelasan masing-masing teknik sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian, Zuriyah (2006 : 172). Dalam arti luas observasi sebenarnya tidak hanya terbatas kepada pengamatan yang dilakukan baik secara langsung maupun tidak langsung. Observasi yang dilakukan peneliti yaitu observasi sistematis dengan menggunakan pedoman observasi sebagai instrument pengamatan. Observasi dilakukan dalam bentuk chek list yang sudah dipersiapkan untuk mengecek dan menetapkan nilai dengan bantuan alat. Chek list berisi mengenai nama-nama aspek yang diobservasi, setting atau waktu, jam ke- dan frekuensi kemunculan. Observasi dilakukan untuk mengetahui munculnya *self development*.

2. Wawancara

Menurut Rahmat (2003:192) Wawancara merupakan proses tanya jawab lisan, anantara dua orang atau lebih berhadapan secara fisik, yang satu dapat melihat muka yang lain dan mendengarkan dengan telinga sendiri suaranya, wawancara salah satu alat pengumpulan informasi yang langsung tentang beberapa jenis data penelitian

Pelaksanaan wawancara langsung dilakukan terhadap beberapa responden yaitu, guru pembimbing, wali kelas, guru produktif dan konseli. Wawancara ini dilakukan untuk mengumpulkan data tentang *self development* siswa di sekolah. Hasil analisa wawancara adalah untuk menentukan anak yang mempunyai *self development* rendah, dan untuk mengetahui berapa berapa persen perubahan peningkatan *self development* siswa

D. Variabel Penelitian

Sugiyono (2005:39) menjelaskan bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga variabel, yaitu :

1. Variabel input

Variabel input merupakan suatu variabel yang terkait dengan konseli dalam penelitian sebelum adanya tindakan. Variabel input dalam penelitian ini adalah konseli yang menunjukkan *self development* rendah.

2. Variabel proses

Variabel proses adalah tindakan yang ditempuh untuk mengubah variabel input. Variabel proses dalam penelitian ini adalah pemberian konseling kelompok.

3. Variabel output

Variabel output adalah hasil tindakan dalam penelitian ini adalah hasil dari proses pemberian konseling kelompok. Hasil yang ingin dicapai adalah adanya perubahan pada siswa yang dijadikan subyek. Perubahan yang dimaksud adalah adanya peningkatan *self development* siswa.

E. Definisi Operasional Variabel

1. *Self Development* merupakan proses pertumbuhan yang terjadi secara terus menerus, berkembang dan selalu berada dalam kemantapan hati demi suatu perbaikan, pengoptimalan potensi-potensi yang dimiliki dan usaha meminimalakn kekurangan-kekurangan yang ada. Indikator *self development* yang akan ditingkatkan dalam penelitian ini adalah:

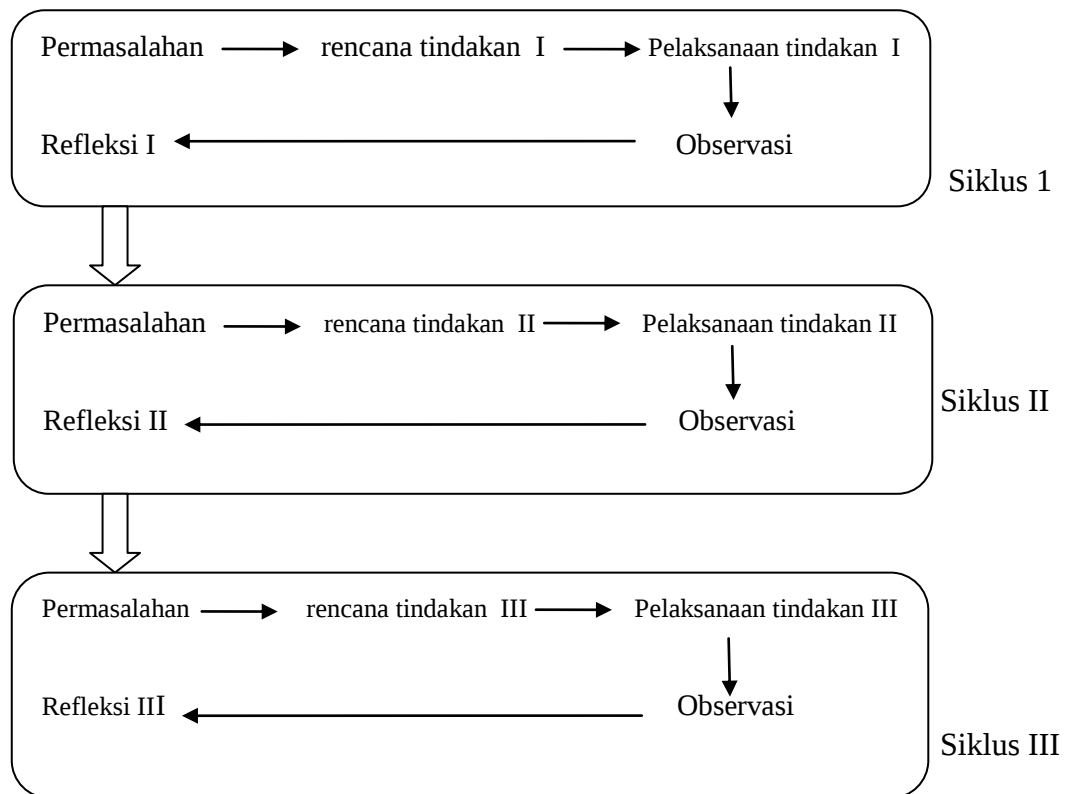
- f) kurang percaya diri,
- g) bermalas-malasan,
- h) tidak mandiri,
- i) kurang keterlibatan dalam kegiatan kelompok

2. Konseling kelompok merupakan salah satu layanan konseling yang di selenggarakan dalam suasana kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok, serta terdapat hubungan konseling yang hangat, terbuka, permisif dan penuh keakraban. hal ini merupakan upaya individu untuk membantu individu agar dapat menjalani perkembangannya dengan lebih lancar, upaya itu bersifat preventif dan perbaikan. Sebab, pada konseling kelompok juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

F. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian tindakan ini direncanakan menggunakan tiga siklus, yaitu siklus I, siklus II, dan siklus III. Setiap siklus terdiri dari 4 fase yaitu: rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, refleksi. Untuk siklus terakhir atau siklus III diakhiri dengan evaluasi. Alasan dengan melakukan penelitian tindakan dalam 3 siklus adalah kemungkinan permasalahan yang ada akan bisa diatasi. Namun apabila target perubahan perilaku konseli belum tercapai setelah siklus ketiga berjalan maka dimungkinkan akan dilanjutkan kesiklus berikutnya.

Untuk lebih jelasnya dari 3 siklus yang akan dilakukan digambarkan sebagai berikut:



Dikutip dari Arikunto (2006: 74)

Gambar 2
Prosedur Penelitian

G. Teknik Analisis Data

Analisi data adalah tahapan sesudah pengumpulan data. Dalam penelitian tindakan bimbingan konseling, analisis dilakukan penulis sejak awal, pada setiap aspek kegiatan penelitian. Pada waktu dilakukan pencatatan lapangan observasi atau pengamatan tentang kegiatan pembelajaran di kelas, cara guru mengajar, hubungan guru dengan siswa, interaksi antara siswa dengan siswa

dll. Untuk mengetahui tingkat perubahan yang menjadi sasaran penelitian menggunakan rumus :

digunakan model Goodwin dan Coater (Budhiarti, 2011: 62) dengan rumus:

$$\frac{Post\ Rate - Base\ Rate}{Base\ Rate} \times 100\ \% = Persentase\ Change\ (PC)$$

Keterangan :

1. Post rate adalah rata-rata aspek yang dimunculkan setelah *treatment*.
2. Base rate adalah rata-rata aspek yang dimunculkan sebelum *treatment*.
3. PC adalah prosentasi perubahan

Apabila perubahan yang diharapkan setelah diberikan tindakan mencapai 60-80 % maka *treatment* dianggap berhasil Muslih (2010: 162).

H. Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan penelitian adalah suatu kriteria yang digunakan untuk melihat tingkat keberhasilan dari kegiatan penelitian tindakan kelas dalam meningkatkan *self development* siswa. Perubahan perilaku dapat dinyatakan berhasil apabila:

1. Konseli dapat meningkatkan *self development* sebesar 70 %
2. Konseli dapat menunjukkan perubahan perilaku ke arah yang lebih baik yaitu *self development*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kesimpulan Teori

Berdasarkan teori yang telah dijelaskan diawal bahwa konseling kelompok merupakan salah satu layanan konseling yang di selenggarakan dalam suasana kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok, serta terdapat hubungan konseling yang hangat, terbuka, permisif dan penuh keakraban.hal ini merupakan upaya individu untuk membantu individu agar dapat menjalani perkembangannya dengan lebih lancar.

Self Development bukan merupakan mata pelajaran yang harus diasuh oleh guru. *Self development* bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap peserta didik sesuai dengan kondisi sekolah.

2. Kesimpulan Hasil Penelitian

Kesimpulan dari hasil penelitian ini sesuai dengan hasil analisis data yang telah peneliti lakukan membuktikan bahwa konseling kelompok efektif untuk meningkatkan *self development* siswa di kelas IX SMK N 2 Temanggung tahun ajaran 2015/2016. Adapun peningkatan *Self Development* sebesar 70%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut diatas, maka saran yang dapat penulis berikan sebagai berikut :

1. Bagi Siswa

Perlu mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya agar dapat mencapai aktualisasi diri.

2. Bagi guru pembimbing

- a) Konseling kelompok dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam upaya peningkatan *self development* siswa.
- b) Konseling kelompok dapat juga digunakan sebagai alternatif penyelesaian masalah siswa yang bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budhiarti, I. 2011. "Efektivitas Konseling Realitas untuk Meningkatkan perilaku Asertif pada Siswa". *Skripsi* tidak diterbitkan. UMM.
- Depdikbud. 2003. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, Jakarta: Dirjen Dikdasmen, Depdikbud.
- Habib El Bika. 2012. Manfaat Kegiatan Pengembangan Diri..*Republika*. (20 September 2013). Hlm. 9
- Hidayanti, A.N. 2007. Keefektifan Layanan Konseling Kelompok Siswa Dalam Pengambilan Keputusan Pemilihan Jurusan SMA Kesatria 1 Semarang. *Jurnal Penelitian*. Vol. 4, 67-93.
- Hurlock, E. 1990. *Perkembangan Anak Jilid II*. Jakarta : Erlangga.
- Juntika, I. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung : Refika Aditama.
- Komalasari, G., dkk. 2011. *Teori dan Temik Konseling*. Jakarta: Permata Mulia Media
- Kemendiknas. 2006. *Lampiran Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 Tahun 2006 Tanggal 23 Mei 2006 Tentang Standar Isi*. Jakarta.
- Latipun. 2006. *Psikologi Konseling*. Malang : UMM Press
- Mahfudzoh. 2005. *Komponen-komponen Konseling Kelompok*. Bandung. Alfabeta.
- Muslich, M. 2010. *Melaksanakan Penelitian Tindakan Kelas itu Mudah (Classroom Action Research) Pedoman Praktis bagi Guru Profesional*. Jakarta: Bumi Aksara..
- Nazir, M. 2005. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nisrina, N.F. 2015. Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Penelitian*. Vol. 2, 34-56.

- Prayitno. 1994. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- _____. 1995. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2008. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Depdikbud: Rineka Cipta.
- Pusat Kurikulum. (2006). *Model Pengembangan Diri SD/ MI/ SDLB - SMP/ MTs/ SMPLB – SMA/ MA/ SMALB/ SMK*. Jakarta: Balitbang, Depdiknas.
- _____. 2007. *Model Dan Contoh Pengembangan Diri Sekolah Menengah Kejuruan*. Jakarta: Balitbang, Depdiknas.
- Rahmat, J. 2003. Psikologi Komunikasi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Santoso, S. 2004. *Dinamika Kelompok*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sugiyono. 2005. *Penelitian Pendidikan. R&D, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D.K. 2002. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan :Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sukmadinata, N.S. (2005). *Metode Penelitian Pendidikan*. Remaja Rosdakarya. (Cetakan ketiga).
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : Rineka Cipta
- Tim UNY. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Kharisma Putra Utama Offset.
- Winkel, W.S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : PT. Grasindo.
- Wibowo, M.E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes Press.
- Zuriah, N. 2006. *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Vitalis. 2008. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta. Rineka Cipta

