

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF
MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN
KEMANDIRIAN SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang T.A 2016/2017)

SKRIPSI



Disusun Oleh :
DETY TAMSISVA
NPM: 12.0301.0013

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

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF
MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN
KEMANDIRIAN SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang T.A 2016/2017)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

**DETY TAMSISVA
NPM: 12.0301.0013**

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

PERSETUJUAN

SKRIPSI BERJUDUL

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN
KEMANDIRIAN SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang)



Dosen Pembimbing I

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

Magelang, 2 Januari 2017
Dosen Pembimbing II

Dr. Kiana Mashar, M.Si., Psi.
NIP. 037408185

PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Hari : Kamis
Tanggal : 19 Januari 2017

Tim Penguji Skripsi

1. Ketua/ Anggota : Drs. Subiyanto, M.Pd. 
2. Sekretaris/ Anggota : Dr. Riana Mashar, M.Si.,Psi. 
3. Penguji 1 : Dr. Muhammad Japar.,M.Pd.,Kons. 
4. Penguji 2 : Dra. Indiati, M.Pd. 

Mengesahkan,

Dekan FKIP


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

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dety Tamsisva
NPM : 12.0301.0013
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik
Self Management untuk Meningkatkan Pemahaman
Kemandirian Siswa

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah hasil karya sendiri, apabila ternyata dikemudian hari merupakan hasil jiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan dan menerima sanksi berdasarkan atauran di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Magelang, 2 Januari 2017

Menyatakan



Dety Tamsisva
NPM. 12.0301.0013

MOTTO

“Tiap-tiap diri bertanggung jawab atas apa yang diperbuatnya”.

(Q.s. Mudasir : 38)

PERSEMBAHAN

Dengan kehadiran Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya tercinta, terima kasih atas limpahan do'a dan kasih sayang yang tak terhingga.
2. Kakak dan Adik-adikku dan seluruh keluarga besarku yang selalu memberi do'a dan semangat.
3. Almamaterku tercinta, Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Pemahaman Kemandirian Siswa”.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu diucapkan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang,
2. Drs. Subiyanto, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang,
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons., selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang,
4. Drs. Subiyanto, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I dan Dr. Riana Mashar, M.Si., Psi., selaku Dosen Pembimbing II skripsi,
5. Imam Baihaqi, M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 11 Magelang,
6. Drs. Sudiono, selaku Guru Pembimbing BK SMP Negeri 13 Magelang dan keluarga besar SMP Negeri 13 Magelang,
7. Rekan-rekan Bimbingan dan Konseling 2012 dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu terima kasih atas kebersamaannya, saran, motivasi dan bantuannya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca, dan dapat memberikan inspirasi positif terkait perkembangan Ilmu Bimbingan dan Konseling.

Magelang, 2 Januari 2017

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENEGASAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAKSI	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Kemandirian Siswa	7
B. Bimbingan Kelompok	16
C. Teknik <i>Self Management</i>	37
D. Kerangka Berpikir	47

	E. Hipotesis	47
BAB III	METODE PENELITIAN	49
	A. Desain Penelitian	49
	B. Variabel Penelitian	49
	C. Definisi Operasional Variabel	50
	D. Subjek Penelitian	51
	E. Metode Pengumpulan Data	52
	F. Prosedur Penelitian	54
	G. Teknik Analisis Data	61
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	64
	A. Hasil Penelitian	65
	B. Pembahasan	71
BAB V	PENUTUP	74
	A. Kesimpulan	74
	B. Saran	75
	DAFTAR PUSTAKA	77
	LAMPIRAN	79

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	One group pretest – posttest	49
2	Kisi-kisi skala karakter kemandirian siswa sebelum <i>Try</i> <i>Out</i>	54
3	Hasil uji validitas	57
4	Kisi-kisi karakter mandiri siswa sesudah <i>Try</i> <i>Out</i>	58
5	Reliability statistik	59
6	Kisi-kisi rencana pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik <i>self management</i>	61
7	Kategori skor angket kemandirian	64
8	Daftar sampel penelitian Pre tes.....	65
9	Daftar sampel Post tes	66
10	Statistik deskriptiv variabel penelitian	67
11	Statistik deskriptif data subjek penelitian	68
12	Rangkuman hasil uji beda kelompok eksperimen	69
13	Tingkat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik <i>Self</i> <i>Management</i>	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Kerangka Berpikir	47
2	Hubungan antar variabel	50
3	Grafik hasil pretest	65
4	Grafik hasil posttest	67
5	Grafik perbedaan pretest dan posttest	70

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	80
2	Angket dan Kisi-kisi Sebelum Try out.....	83
3	Hasil <i>Try Out</i> Skala kemandirian siswa	92
4	Hasil Uji Validitas dan reliabilitas Instrumen.....	95
5	Angket dan Kisi-kisi Sesudah Try out	104
6	Hasil Pretest Skala kemandirian siswa.....	110
7	RPL, Modul, dan Laporan Pelaksanaan dan Hasil Kegiatan Bimbingan Kelompok.....	112
8	Kisi-kisi Rencana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Strategi <i>Self Management</i>	210
9	Data <i>Post Test</i> Skala Kemandirian siswa	212
10	Hasil Uji Wilcoxon	214
11	Daftar HadirPelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Strategi <i>Self Management</i>	216
12	Dokumentasi KegiatanPelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Strategi <i>Self Management</i>	218

PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN KEMANDIRIAN SISWA

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang T.A. 2016/2017)

Dety Tamsiswa

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Pemahaman Kemandirian Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Populasi penelitian berjumlah 26 siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling*, ditunjuk 10 siswa sebagai sampel penelitian. Metode pengumpulan data berupa skala kemandirian. Validitas instrumen menggunakan rumus korelasi *product moment* dihitung dengan taraf signifikan 5% dan perhitungan reliabilitasnya menggunakan rumus *Alpha*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif presentase, *uji wilcoxon* dan analisis kualitatif.

Hasil dari penelitian ini adalah tingkat kemandirian siswa sebelum bimbingan kelompok dengan teknik *self management* (2,04%) dan sesudah diberi bimbingan kelompok teknik *self managent* memiliki peningkatan (51,64%).

Kata Kunci : *Bimbingan Kelompok, Self Management dan Kemandirian Siswa*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

UU No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 3 berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa.

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah merupakan lembaga pendidikan dan pengajaran secara formal yang berfungsi untuk meningkatkan kualitas moral, pengetahuan, keterampilan, dan sosial anak didik yang sangat berpengaruh terhadap pembentukan pribadinya.

Seiring dengan tuntutan perkembangan jaman, membawa masyarakat pada suatu tatanan hidup yang serba cepat dan praktis. Kemajuan ilmu pengetahuan yang pesat dan persaingan yang ketat menuntut masyarakat supaya lebih mandiri. Tidak ada seorang yang dilahirkan dengan kemandirian, kemandirian itu harus dikembangkan. Seiring berjalannya waktu kemandirian diri akan terbentuk sesuai dengan pengaruh seorang dalam kehidupannya. Seorang individu dikatakan mandiri apabila memiliki keyakinan dan harapan yang realitas. Bahkan saat harapan tidak terwujud, tetap berfikir positif dan dapat menerima kenyataan, sedangkan individu yang tidak memiliki kemandirian diri cenderung berprasangka negatif, tidak mengakui

kemampuannya serta menutup diri sehingga tidak mengalami perkembangan kepribadian, mental dan keberanian serta kemampuan individu untuk berinteraksi dengan masyarakat juga kurang.

Perkembangan kemandirian pada seorang individu mulai terlihat jauh sebelum individu tersebut mencapai tahap dewasa. Hal ini bisa dilihat dari kebiasaan seorang anak kecil yang kerap mengatakan ‘tidak’ terhadap berbagai hal yang diminta atau disuruh untuk dilakukan oleh orang tua atau pengasuhnya. Dari contoh ini terlihat bahwa sejak dari dini seorang individu selalu mencoba untuk melepaskan dari orang lain dan memiliki ‘kekuasaan’ atas dirinya sendiri. Kemandirian berkembang pada tiap tahapan sesuai dengan usia dan tuntutan pada tiap tahapannya.

Kemandirian adalah sikap yang harus dimiliki oleh setiap orang karena merupakan salah satu langkah besar ke depan untuk mencapai keberhasilan. Karena itu kemandirian harus ditanamkan sejak masih kecil. Steinberg (1993:286), menyatakan kemandirian adalah menjadi pribadi yang mandiri, yakni pribadi yang menguasai atau mengatur diri sendiri merupakan salah satu tugas perkembangan yang paling mendasar dalam tahun-tahun masa remaja. Selama masa remaja, tuntutan terhadap kemandirian ini sangat besar dan jika tidak direspon secara tepat bisa saja menimbulkan banyak dampak yang tidak menguntungkan bagi perkembangan psikologis remaja di masa mendatang. Ketika individu tidak dapat mencapai kemandirian dengan baik, individu akan menerima otoritas orang lain dalam kegiatannya, mengarahkan minatnya tanpa protes, bahkan individu selalu menerima pengarahan dari orang lain.

Individu selalu mencari dukungan dari orang lain dalam menghadapi masalah dan tidak mampu menggunakan pikirannya untuk hal-hal yang penting baginya.

Kemandirian merupakan suatu sikap individu yang diperoleh selama masa perkembangannya, dimana individu tersebut mampu mengambil keputusan, tidak terpengaruh pihak lain dan memiliki rasa percaya diri.

Berdasarkan hasil Pengalaman Praktek Lapangan di SMP Negeri 13 Magelang mengemukakan bahwa anak-anak kelas VIII di SMP tersebut masih banyak yang tidak memiliki kemandirian. Terutama dalam hal mengerjakan tugas, banyak siswa yang masih tergantung kepada temannya, maka siswa tersebut menjadi terbiasa bergantung kepada temannya. Apabila teman yang biasa dia contoh tidak mengerjakan tugas, maka siswa tersebut ikut tidak mengerjakan tugas. Dan yang memprihatinkan, hal itu tidak hanya terjadi pada satu atau dua siswa saja, tetapi hal itu terjadi pada sebagian siswa, khususnya kelas VIII SMPNegeri 13 Magelang. Jika anak-anak kelas VIII SMPNegeri 13 Magelang memiliki kemandirian yang rendah maka keadaan tersebut dianggap memprihatinkan karena berakibat buruk pada diri mereka. Salah satu akibat buruk tersebut adalah membuat mereka kesulitan beradaptasi dengan lingkungan masyarakat. Dalam hal ini yang dimaksud adalah lingkungan sekolah. Padahal keberhasilan pembangunan bangsa Indonesia tergantung anak-anak sebagai generasi penerus. Maka untuk mewujudkan keberhasilan pembangunan tersebut, sejak dini dan masa anak-anak perlu ditanamkan rasa kepercayaan diri yang matang. Berdasarkan hasil penelitian dengan guru

pembimbing dengan peneliti bahwa guru pembimbing belum pernah menyelesaikan permasalahan siswa yang belum mandiri dan masih bergantung pada orang lain di sekolah menggunakan teknik *self management* karena kurangnya pemahaman guru pembimbing terhadap teknik *self management* melalui bimbingan kelompok.

Menurut Tohirin, (2007:170) layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan dan pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan. Dalam bimbingan kelompok dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok. Masalah menjadi topik pembicaraan layanan bimbingan kelompok dibahas melalui suasana dinamika kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan kelompok (pembimbing dan konselor). Sedangkan *self management* atau pengelolaan diri merupakan hal yang penting dapat membantu seseorang untuk dapat memiliki kebiasaan yang baik bagi dirinya sendiri. Menurut Soekardji Pengelolaan diri adalah prosedur dimana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri. Pada prosedur ini biasanya subyek terlibat langsung dalam komponen dasar, yaitu : menentukan perilaku sasaran, memonitori perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan ditetapkan, melaksanakan prosedur tersebut, serta mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. (Hadi, 2005:205).

Maka dari latar belakang diatas penulis bermaksud untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Pemahaman Kemandirian Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah “Apakah bimbingan kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman kemandirian siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang Tahun Pelajaran 2016/2017?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Pemahaman Kemandirian Siswa Kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis.

Untuk memberikan sumbangan yang positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya yang berkaitan dengan bimbingan kelompok, yaitu hasil-hasil penelitian baru guna untuk meningkatkan kondisi bimbingan dan konseling dalam setting sekolah.

2. Manfaat Praktis.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bentuk:

a. Bagi Institusi Sekolah

Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah agar lebih meningkatkan perhatian dan pengawasan terhadap siswa perihal pemahaman kemandirian siswa di SMP Negeri 13 Magelang.

b. Siswa

Diharapkan dapat berguna sebagai masukan siswa di SMP Negeri 13 Magelang dalam upaya meningkatkan pemahaman siswa tentang kemandirian.

c. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan peneliti tentang pemahaman kemandirian siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kemandirian Siswa

1. Pengertian Kemandirian

Menurut Antonius (2000: 145), seseorang yang mandiri adalah suatu suasana dimana seseorang mau dan mampu mewujudkan kehendak atau keinginan dirinya yang terlihat dalam tindakan atau perbuatan nyata guna menghasilkan sesuatu (barang atau jasa) demi pemenuhan kebutuhan hidupnya dan sesamanya.

Definisi Antonius dapat dikatakan bahwa seseorang mandiri apabila orang tersebut mau dan mampu mewujudkan keinginan yang ada pada dirinya melalui suatu tindakan atau perbuatan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Jadi seorang yang tidak mampu mewujudkan keinginan yang ada pada dirinya tidak bisa dikatakan mandiri.

Kemandirian adalah suatu sikap individu yang diperoleh secara kumulatif selama perkembangan, individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi lingkungan, sehingga individu pada akhirnya akan mampu berfikir dan bertindak sendiri dengan kemandiriannya seseorang dapat memilih jalan hidupnya untuk dapat berkembang dengan lebih mantab menurut Havighurst (dalam Mu'tadin 2002: 2).

Definisi Mutadin dapat dikaji bahwa kemandirian adalah suatu sikap individu yang diperoleh selama masa perkembangan secara

bertahap, sehingga individu bisa memperoleh kemandiriannya dan bisa menentukan jalan hidupnya sendiri.

Berdasarkan definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kemandirian adalah kegiatan yang telah dapat dilakukan oleh seorang anak sendiri tanpa bantuan orang lain. Anak sudah mampu melakukan pekerjaannya sendiri dengan baik sesuai dengan tahap perkembangannya.

2. Aspek/Komponen Kemandirian

Gea (2003: 195), mengatakan bahwa individu dikatakan mandiri apabila memiliki lima ciri sebagai berikut :

a. Percaya Diri

Percaya diri adalah meyakini pada kemampuan dan penilaian diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif

b. Mampu Bekerja Sendiri

Mampu bekerja sendiri adalah usaha sekuat tenaga yang dilakukan secara mandiri untuk menghasilkan sesuatu yang membanggakan atas kesungguhan dan keahlian yang dimilikinya.

c. Menguasai keahlian dan keterampilan yang sesuai dengan kerjanya

Menguasai keahlian dan keterampilan yang sesuai dengan kerjanya, adalah mempunyai keterampilan sesuai dengan potensi yang sangat diharapkan pada lingkungan kerjanya.

d. Menghargai Waktu

Menghargai waktu, adalah kemampuan mengatur jadwal sehari-hari yang diprioritaskan dalam kegiatan yang bermanfaat secara efisien.

e. Tanggung Jawab

Tanggung jawab, adalah segala sesuatu yang harus dijalankan atau dilakukan oleh seseorang dalam melaksanakan sesuatu yang sudah menjadi pilihannya atau dengan kata lain, tanggung jawab merupakan sebuah amanat atau tugas dari seseorang yang dipercayakan untuk menjaganya.

Sejalan dengan pendapat diatas Desmita (2009: 185), mengemukakan orang yang mandiri memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- a. Memiliki hasrat bersaing untuk maju demi kebaikan dirinya sendiri.
- b. Mampu mengambil keputusan dan inisiatif untuk mengatasi masalah yang dihadapi.
- c. Memiliki kepercayaan diri dalam melaksanakan tugas-tugasnya.
- d. Bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya.

Jas (2010: 36), mengatakan orang yang memilikikarakter kamandirian terlihat dalam sikap antara lain sebagai berikut :

- a. Saat harus melakukan sesuatu tidak terlalu banyak meminta pertimbangan orang lain.
- b. Ketika harus mengambil resiko terhadap sesuatu tidak terlalu banyak berfikir.

- c. Tidak terlalu banyak ragu-ragu dan mengetahui resiko yang akan dihadapi.
- d. Mengetahui konsekuensi yang akan muncul dan mengetahui manfaat dari pekerjaan yang akan diambilnya.

Berdasarkan pendapat-pendapat yang telah dikemukakan sebelumnya, maka ciri-ciri karakter mandiri dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. Percaya Diri
- b. Mampu bekerja sendiri
- c. Menguasai keahlian dan keterampilan yang sesuai dengan kerjanya
- d. Menghargai waktu
- e. Bertanggung jawab
- f. Memiliki hasrat bersaing untuk maju
- g. Mampu mengambil keputusan

Dalam penelitian ini, ciri-ciri karakter mandiri yang akan digunakan untuk mengembangkan kisi-kisi karakter mandiri siswa SMP hanya enam aspek, yaitu :

- a. Percaya diri
- b. Mampu bekerja sendiri
- c. Menghargai waktu
- d. Bertanggung jawab
- e. Memiliki hasrat bersaing untuk maju
- f. Mampu mengambil keputusan

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemandirian

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemandirian menurut Masrun (1986: 4), yaitu :

a. Usia

Pengaruh dari orang lain akan berkurang secara perlahan-lahan pada saat anak menginjak usia lebih tinggi. Pada usia remaja mereka lebih berorientasi internal, karena percaya bahwa peristiwa-peristiwa dalam hidupnya ditentukan oleh tindakannya sendiri.

b. Gen atau keturunan orang tua

Orang tua yang memiliki sifat kemandirian tinggi sekali seringkali menurunkan anak yang memiliki kemandirian juga. Namun faktor keturunan ini masih menjadi perdebatan karena ada yang berpendapat bahwa sesungguhnya bukan sifat kemandirian orang tuanya itu menurunkan kepada anaknya, melainkan faktor orang tuanya muncul berdasarkan cara orang tua mendidik anaknya.

c. Pola asuh orang tua

Cara orang tua mengasuh atau mendidik anak akan mempengaruhi perkembangan kemandirian anak remajanya. Orang tua yang terlalu banyak melarang atau mengeluarkan kata “jangan” kepada anak tanpa disertai dengan penjelasan yang rasional akan menghambat perkembangan kemandirian anak. Sebaliknya, orang tua yang menciptakan suasana aman dalam interaksi keluarganya akan dapat mendorong kelancaran perkembangan anak. Demikian juga,

orang tua yang cenderung sering membanding-bandingkan anak yang satu dengan yang lainnya juga akan berpengaruh kurang baik terhadap perkembangan kemandirian anak.

d. Sistem Pendidikan di sekolah

Sistem pendidikan di sekolah adalah sistem pendidikan yang ada di sekolah tempat anak dididik dalam lingkungan formal. Proses pendidikan di sekolah yang tidak mengembangkan demokratisasi pendidikan dan cenderung menekankan indoktrinasi tanpa argumentasi akan menghambat perkembangan kemandirian siswa. Sebaliknya, proses pendidikan di sekolah yang lebih menekankan pentingnya penghargaan terhadap anak dan penciptaan kompetensi positif akan memperlancar perkembangan kemandirian belajar.

e. Sistem kehidupan di masyarakat

Sistem kehidupan masyarakat yang menekankan lingkungan masyarakat yang aman, menghargai ekspresi potensi remaja dalam bentuk berbagai kegiatan, dan tidak berlaku hierarkis akan merangsang dan mendorong perkembangan kemandirian remaja.

Kemandirian sebagai salah satu tujuan pendidikan, maka perlu diperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Menurut Basri (2004: 53) ada faktor lain yang mempengaruhi kemandirian seseorang yaitu faktor di dalam dirinya sendiri (faktor endogen) dan faktor yang terdapat di luar dirinya (faktor eksogen).

Faktor endogen merupakan semua keadaan yang bersumber dari dalam dirinya, seperti keadaan keturunan dan konstitusi tubuhnya sejak dilahirkan dengan segala perlengkapan yang melekat pada diri individu. Misalnya, bakat, potensi intelektual dan potensi pertumbuhan tubuhnya. Faktor eksogen merupakan semua keadaan atau pengaruh yang berasal dari luar dirinya.

Faktor eksogen ini sering disebut dengan faktor lingkungan keluarga dan masyarakat. Misalnya pola pendidikan dalam keluarga, sikap orang tua terhadap anak, lingkungan sosial ekonomi.

Dari beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kemandirian siswa di atas dapat disimpulkan bahwa, faktor gen atau keturunan, pola asuh orang tua, sistem pendidikan disekolah dan sistem kehidupan dimasyarakat ikut mempengaruhi perkembangan kemandirian siswa. Selain itu juga ada beberapa faktor lain yaitu faktor dari dalam diri individu maupun dari luar diri individu. Siswa dapat berperilaku tidak dapat lepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kemandiriannya.

4. Upaya Pengembangan Kemandirian

Kemandirian merupakan kecakapan yang berkembang sepanjang rentang kehidupan individu, yang sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor pengalaman dan pendidikan. Upaya untuk mengembangkan nilai kemandirian melalui ikhtiar pengembangan atau pendidikan sangat diperlukan untuk kelancaran perkembangan kemandirian

siswa. Desmita (2009: 190), mengemukakan upaya yang dapat dilakukan oleh sekolah untuk mengembangkan kemandirian siswa adalah :

- a. Mengembangkan proses belajar mengajar yang demokratis, yang memungkinkan anak merasa dihargai.
- b. Mendorong anak untuk berpartisipasi aktif dalam pengambilan keputusan dan dalam berbagai kegiatan sekolah.
- c. Memberikan kebebasan kepada anak untuk mengeksplorasi lingkungan serta mendorong rasa ingin tahu.
- d. Penerimaan positif tanpa syarat kelebihan dan kekurangan anak, tidak membeda-bedakan anak yang satu dengan yang lainnya.
- e. Menjalin hubungan yang harmonis dan akrab dengan anak.

Sejalan dengan pendapat di atas Ali Asrori (2005: 119) mengemukakan ada sejumlah intervensi yang dapat dilakukan untuk pengembangan kemandirian remaja, antara lain sebagai berikut : 1) penciptaan partisipasi dan keterlibatan dalam keluarga, yang diwujudkan dalam bentuk saling menghargai antar anggota keluarga dan keterlibatan dalam memecahkan masalah remaja; 2) penciptaan keterbukaan, yang diwujudkan dalam bentuk toleransi terhadap perbedaan pendapat, memberikan alasan terhadap keputusan yang diambil bagi remaja, keterbukaan terhadap minat remaja, mengembangkan komitmen terhadap tugas remaja, kehadiran dan keakraban hubungan dengan remaja; 3) penciptaan kebebasan untuk

mengeksplorasi lingkungan yang diwujudkan dalam bentuk mendorong rasa ingin tahu remaja, adanya aturan tetapi tidak cenderung mengancam apabila ditaati, adanya jaminan rasa aman dan kebebasan untuk mengeksplorasi lingkungan; 4) penerimaan positif tanpa syarat, yang diwujudkan dalam bentuk tidak membedakan remaja, menerima remaja apa adanya, serta menghargai ekspresi potensi remaja; 5) empati terhadap remaja, yang diwujudkan dalam bentuk memahami pikiran dan perasaan remaja, melihat persoalan remaja dengan berbagai sudut pandang, dan tidak mudah mencela karya remaja; 6) penciptaan kehangatan hubungan dengan remaja, yang diwujudkan dalam bentuk interaksi serta akrab, membangun suasana humor dan komunikasi ringan dengan remaja, dan bersikap terbuka terhadap remaja. Melalui upaya pengembangan kemandirian yang dilakukan oleh keluarga maupun pendidik tersebut dapat memicu berkembangnya kemandirian pada diri remaja sehingga remaja dapat mencapai perkembangannya secara optimal.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan, bahwa upaya yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kemandirian siswa adalah : melakukan tindakan penciptaan kebebasan keterlibatan dan partisipasi siswa dalam berbagai kegiatan, menciptakan hubungan yang akrab, hangat dan humoris dengan siswa, menciptakan keterbukaan, penerimaan positif tanpa syarat, menciptakan kebebasan untuk mengeksplorasi lingkungan serta menciptakan empati kepada siswa.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Menurut Priyatno dan Amti (2004: 309) menyatakan bahwa “Bimbingan Kelompok adalah bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok”. Kegiatan Bimbingan Kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Seperti yang dijelaskan oleh Priyatno (1995: 178) bahwa “bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok”.

Bimbingan Kelompok memungkinkan individu secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber dan membahas secara bersama-sama topik tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dalam kehidupannya sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya secara optimal. Gazda dalam Priyatno (2004: 309) menjelaskan bahwa “Bimbingan Kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat”. Dijelaskan pula oleh Romlah (2001: 3) bahwa “Bimbingan merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang dilakukan oleh seorang ahli yang telah mendapat latihan khusus untuk itu, dan dimaksudkan agar individu dapat memahami dirinya dan lingkungannya, dan dapat mengembangkan dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat. Kemudian

menyimpulkan bimbingan kelompok sebagai proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok”.

Menurut Wibowo (2005: 17) Bimbingan Kelompok sebagai “suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama”. Senada dengan pendapat di atas, Sukardi dan Kuswanti (2008: 78) mendefinisikan bahwa “Bimbingan Kelompok merupakan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa (konseli) secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing/konselor) dan membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dalam kehidupannya sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu”.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Kelompok adalah upaya pemberian bantuan dan informasi kepada sejumlah individu, yang dilakukan oleh orang yang ahli dengan memanfaatkan dinamika kelompok, untuk mencapai tujuan tertentu yang dapat menunjang pemahaman dan perkembangan dari individu dalam kehidupan sehari-hari. Melalui Bimbingan Kelompok tersebut diharapkan individu tersebut mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk

memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap dirisendiri, orang lain dan lingkungan dalam menunjang terbentuknya perilaku yang lebih efektif.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Setiap pelaksanaan dari kegiatan pasti ada tujuan yang akan dicapai, begitu juga dalam kegiatan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok sebagai salah satu bagian dari layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam situasi kelompok memiliki beberapa tujuan. Adapun beberapa tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh beberapa ahli, diantaranya adalah sebagai berikut :

Menurut Priyatno (2004: 2) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok dapat dibagi menjadi dua, yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus.

- a. Tujuan umum Bimbingan Kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.
- b. Tujuan khusus Bimbingan Kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual(hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan,pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal ditingkatkan.

Dari tujuan secara umum dan khusus di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk menunjang berkembangnya kemampuan sosialisasi anggota kelompok, khususnya kemampuan berkomunikasi anggota bimbingan kelompok, baik secara verbal maupun non verbal. Tujuan yang bersifat secara umum yaitu untuk semua anggota kelompok dan tujuan yang bersifat khusus yaitu untuk pribadi setiap anggota kelompok.

Sementara Winkel dan Hastuti (2004: 564) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok yaitu “supaya orang yang dilayanai menjadi mampu mengatur kehidupan sendiri, memiliki pendangannya sendiri dan tidak sekedar meniru pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri, dan berani menanggung sendiri efek serta konsekuensi dari tindakan-tindakannya”. Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk menunjang pemahaman dan kehidupan siswa sehari-hari dan untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajar serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu (Sukardi dan Kuswati, 2008: 14).

Pendapat lain mengenai tujuan bimbingan kelompok dikemukakan oleh Bunnet dalam Romlah (2001: 14). Ia menyimpulkan tujuan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- a. Memberikan kesempatan-kesempatan pada siswa belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.

- b. Memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dengan mempelajari masalah-masalah manusia pada umumnya serta menghilangkan ketegangan-ketegangan emosi, menambahkan pengertian mengenai dinamika kepribadian, dan mengarahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan masalah masalah tersebut dalam suasana yang permisif.
- c. Untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan serta lebih ekonomis dan efektif daripada melalui kegiatan bimbingan individual.
- d. Mempelajari masalah-masalah yang umum dialami oleh individu dan dengan merendahkan atau menghilangkan hambatan-hambatan emosional melalui kegiatan kelompok, maka pemahaman terhadap masalah individu menjadi lebih mudah

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa melalui bimbingan kelompok diharapkan siswa mampu merencanakan serta mengarahkan dirinya, memiliki sikap dan pandangan hidup yang mandiri tidak hanya sekedar maniru anggota kelompok, dapat mengungkapkan pendapat di depan umum, bersikap terbuka, lebih percaya diri, dapat bersosialisasi dengan baik sehingga dapat mencapai perkembangan diri seoptimal mungkin sesuai dengan kemampuan dan potensi siswa.

3. Manfaat Bimbingan Kelompok

Menurut Sukardi (2008:67) manfaat bimbingan kelompok yaitu:

- a. Diberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya.

- b. Memiliki pemahaman yang obyektif, tepat dan cukup luas tentang berbagai hal yang dibicarakan.
- c. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal-hal yang dibicarakan dalam kelompok.
- d. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang baik.
- e. Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil sebagaimana yang diprogramkan.

Menurut Winkel & Hastuti (206:565) manfaat bimbingan kelompok adalah mendapat kesempatan untuk berontak dengan banyak siswa; memberikan informasi yang dibutuhkan oleh siswa; siswa dapat menyadari tantangan yang akan dihadapi; siswa dapat menerima dirinya setelah menyadari bahwa teman-temannya sering menghadapi persoalan, kesulitan dan tantangan yang kerap kali sama; dan lebih berani mengemukakan pandangannya sendiri bila berada dalam kelompok; diberikan kesempatan untuk mendiskusikan sesuatu bersama; lebih bersedia menerima suatu pandangan atau pendapat bila dikemukakan oleh seorang teman dari pada yang dikemukakan oleh seorang konselor.

Dari dua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa manfaat bimbingan kelompok adalah untuk membentuk hubungan positif antar anggota kelompok serta untuk membantu siswa mendapatkan informasi

yang berguna untuk menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta membantu siswa menuju pengembangan diri yang positif.

4. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dikembangkan dua jenis kelompok, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas (Priyatno, 1995: 25).

Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut :

a. Bimbingan kelompok tugas

Dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok tugas ini, arti dan isi kegiatannya tidak ditentukan oleh para anggota kelompok melainkan diartikan kepada penyelesaian tugas. Tugas yang dikerjakan kelompok itu berasal dari pemimpin kelompok. Pemimpin kelompok mengemukakan suatu tugas untuk dibahas dan diselenggarakan oleh anggota kelompok.

b. Bimbingan kelompok bebas

Dalam kegiatannya, anggota bisa mengemukakan segala pikiran dan perasaannya dalam kelompok. Topik yang dibahas berasal dari anggota kelompok. Selanjutnya, apa yang disampaikan anggota dalam kelompok itulah yang menjadi pokok bahasan kelompok.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada dua jenis kelompok dalam bimbingan kelompok, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas. Kelompok bebas adalah topik yang muncul dalam kegiatan kelompok berasal dari anggota kelompok tersebut sedangkan

kelompok tugas adalah topik yang sudah ditentukan oleh pemimpin kelompok.

Dalam penelitian ini digunakan topik tugas dimana permasalahan yang dibahas dalam kelompok nanti ditentukan oleh pemimpin kelompok. Kelompok tugas mengacu pada kelompok yang diorganisasikan untuk memenuhi kebutuhan keorganisasian melalui pengerjaan gugus tugas keorganisasian atau aktivitas-aktivitas sosial “Bimbingan kelompok dengan jenis kelompok tugas sangat berguna bagi organisasi yang berusaha meningkatkan fungsi dari anggota kelompok” (Gibson, 2011: 277).

5. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok tidak terlepas dari asas-asas yang harus dipatuhi agar tujuan bimbingan kelompok dapat tercapai. Priyatno (2004: 14) menjelaskan asas-asas bimbingan kelompok sebagai berikut :

a. Kesukarelaan

Sikap sukarela harus ada pada diri konselor maupun klien. Klien secara sukarela mengikuti kegiatan bimbingan kelompok tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Sedangkan pihak konselor hendaknya memberi bantuan secara sukarela tanpa ada unsur keterpaksaan.

b. Keterbukaan

Asas keterbukaan merupakan asas untuk mempermudah pencapaian tujuan bimbingan diharapkan. Anggota kelompok harus

terbuka tentang pengalaman yang dimilikinya dan mampu menceritakannya kepada anggota kelompok lainnya.

c. Kegiatan

Proses bimbingan kelompok berhasil apabila klien dapat menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam menyelesaikan topik yang dibahas. Asas kegiatan ini menghendaki agar setiap anggota kelompok aktif mengemukakan pendapat, menyangga, dan aktif berbicara dalam kegiatan kelompok.

d. Kenormatifan

Pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok harus berkembang sejalan dengan norma-norma yang berlaku.

e. Kekinian

Masalah yang dibahas dalam proses bimbingan kelompok adalah masalah sekarang artinya topik-topik yang bersifat aktual.

f. Kerahasiaan

Asas kerahasiaan merupakan asas penting dalam layanan bimbingan kelompok. Apa yang dibicarakan dan terjadi dalam kelompok semua anggota kelompok harus menjaga kerahasiaannya dan tidak boleh disebarluaskan pada pihak-pihak lain.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa yang menjadi asas dalam bimbingan kelompok antara lain asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan, asas kekinian, dan asas kerahasiaan.

6. Fungsi Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok dapat dijadikan media pemberian bantuan kepada individu dalam suasana kelompok. Bimbingan kelompok bertujuan untuk memungkinkan individu secara bersama-sama memperoleh berbagai informasi yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu. Romlah (2001: 3) mengemukakan bahwa “bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa”.

Fungsi utama dari bimbingan kelompok adalah :

- a. Fungsi pemahaman adalah pemahaman tentang anggota kelompok beserta permasalahannya oleh anggota kelompok itu sendiri maupun dengan lingkungan. Pemahaman tersebut tidak hanya saling mengenal antara anggota, melainkan pemahaman menyangkut latar belakang kepribadian, kekuatan dan kelemahannya serta kondisi lingkungannya.
- b. Fungsi pengembangan adalah pengembangan tentang inelensi, bakat dan minat anggota kelompok yang menonjol. Individu mengembangkan segenap aspek yang bervariasi dan kompleks sehingga tidak dapat berdiri sendiri dengan kegiatan bimbingan kelompok tiap anggota dapat saling bantu membantu.

7. Komponen-komponen Bimbingan Kelompok

Prayitno (2004: 4-13) mengemukakan adanya komponen-komponen yang harus diperhatikan sehingga bimbingan kelompok dapat berjalan, yaitu :

a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki ketrampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok. Pemimpin kelompok diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok antara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dalam bimbingan kelompok.

Pemimpin kelompok agar dapat menjalankan tugas dan kewajibannya secara profesional, hendaknya memiliki karakteristik sebagai seorang yang mampu membentuk dan mengarahkan kelompok sehingga terjadi dinamika kelompok, berwawasan luas dan tajam, serta memiliki kemampuan hubungan antar-personal yang hangat dan nyaman.

Sehubungan dengan ketrampilan dan sikap yang menyangkut hal-hal tersebut di atas, peranan pemimpin kelompok menurut Prayitno (2004: 7) yaitu sebagai berikut: “Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, pemimpin kelompok mempunyai peranan: 1) Pembentukan kelompok, dari sekumpulan (calon) peserta terdiri dari 8-10 orang, sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, 2) Penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok apa, mengapa dan bagaimana

layanan bimbingan kelompok dilaksanakan, 3) Pentahapan kegiatan bimbingan kelompok, 4) Penilaian segera (laissez) hasil layanan bimbingan kelompok, dan 5) Tindak lanjut layanan”.

Secara umum hal yang perlu dikuasai oleh pemimpin kelompok adalah kemampuan dalam mengelola kelompok. Tugas pemimpin kelompok dikatakan berhasil apabila dinamika kelompok dapat terwujud. Apabila dinamika kelompok berjalan dengan baik maka akan dicapai tujuan umum maupun tujuan khusus bimbingan kelompok dapat tercapai. Dapat disimpulkan pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan profesional dengan mempunyai ketrampilan khusus, pemimpin kelompok diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok.

b. Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor harus membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok sesuai dengan persyaratan yang ada. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah kelompok tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil.

Menurut Prayitno (2004: 12) peranan anggota kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok yaitu masing-masing anggota kelompok beraktifitas langsung dan mandiri dalam bentuk :

- 1) Mendengar dan memahami
- 2) Berfikir dan berpendapat
- 3) Menganalisis, mengkritis dan berargumentasi
- 4) Merasa berempati dan bersikap
- 5) Berpartisipasi dalam kegiatan bersama.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan anggota kelompok yaitu anggota yang mengikuti dalam pembentukan kelompok yang memiliki persyaratan tertentu, jumlah kelompok jangan terlalu besar.

8. Tahapan-tahapan Bimbingan Kelompok

Tahapan dalam kegiatan bimbingan kelompok merupakan suatu kesatuan dalam keseluruhan kegiatan kelompok. Prosedur pelaksanaan dari bimbingan kelompok dibagi menjadi empat tahap. Menurut Prayitno (1995: 40-60) yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan kegiatan, dan tahap pengakhiran. Pada masing-masing tahap tersebut mempunyai sub-sub tahap dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Di samping keempat tahap itu masih ada yang disebut tahap awal. Tahap awal berlangsung sampai berkumpulnya para (calon) anggota kelompok dan dimulainya tahap pembentukan. Tahap-tahap tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama. Tahap ini merupakan tahap pengenalan dan keterlibatan anggota ke dalam kelompok dengan tujuan anggota lebih memahami maksud dan tujuan bimbingan kelompok. Pemahaman ini memungkinkan anggota untuk berperan secara aktif dalam bimbingan kelompok dan selanjutnya dapat menumbuhkan minat untuk mengikuti bimbingan kelompok. Tahap ini juga bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, saling percaya, saling menerima dan membantu antar anggota kelompok.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pengungkapan pengertian dan tujuan dari kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling, penjelasan cara dan asas-asas bimbingan kelompok, perkenalan dan pengungkapan diri dari anggota kelompok, serta melakukan permainan keakraban bila diperlukan.

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan atau disebut juga tahap transisi merupakan tahapan untuk mengalihkan kegiatan dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Pada tahap ini pemimpin kelompok menegaskan jenis bimbingan kelompok yaitu tugas atau bebas. Kegiatan yang dilakukan pemimpin kelompok pada tahap ini adalah menjelaskan kegiatan

yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, membahas suasana yang terjadi, dan meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota kelompok.

Pada tahap peralihan, anggota dimantapkan lagi sebelum masuk ke tahap selanjutnya. Anggota juga ditanya mengenai harapan yang ingin dicapai dalam kegiatan bimbingan kelompok. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keraguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok. Dalam tahap ini, pembahasan topik dilakukan dengan menghidupkan dinamika kelompok. Tahap kegiatan ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kehidupan kelompok. Tujuan yang dicapai dalam tahap ini yaitu terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun pendapat maupun pendapat yang dikemukakan oleh anggota kelompok.

Kegiatan yang tengah berlangsung pada tahap kegiatan ini yakni semua anggota saling bertukar pendapat atau pengalamannya masing-masing secara bebas. Para anggota bersikap saling membantu, saling menerima, salingkuat-menguatkan, dan saling

berusaha untuk memperkuat rasa kebersamaan. Pada tahap inilah kelompok benar-benar sedang mengarah pada pencapaian tujuan. Pada tahap inilah anggota dapat mengembangkan diri, baik pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun kemampuan bersosialisasi.

Dalam tahap ini, perbedaan kelompok topik tugas dan kelompok topik tugas terlatih secara nyata. Kegiatan yang dilakukan pada kelompok topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan satu topik untuk dibahas oleh kelompok, kemudian terjadi tanya jawab antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas mengenai topik yang dikemukakan oleh pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota kelompok membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan. Sedangkan untuk kelompok topik bebas, kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan, selanjutnya menetapkan topik yang akan dibahas dulu. Kemudian anggota membahas secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan selingan bila perlu.

Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini menggunakan topik tugas disesuaikan dengan kebutuhan siswa setelah mengetahui hasil analisis alat pengumpulan data yaitu berupa skala Litert/ skala psikologi.

d. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran merupakan tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan lanjutan (*follow up*). Pada tahap ini, pemimpin kelompok menyimpulkan hasil pembahasan dan diungkapkan pada anggota kelompok sekaligus melaksanakan evaluasi. Pemimpin kelompok juga membahas tindak lanjut dari bimbingan kelompok yang telah dilakukan, serta menanyakan tentang pesan dan kesan serta ganjalan yang mungkin dirasakan oleh anggota selama kegiatan berlangsung.

Pada tahap akhir ini yang penting adalah bagaimana ketrampilan anggota, termasuk konselor, dalam mentransfer apa yang telah mereka pelajari dalam kelompok itu ke dalam kehidupannya di luar lingkungan kelompok. Anggota kelompok berupaya merealisasikan rencana-rencana tindakan sampai mencapai suatu perubahan perilaku yang diinginkan. Peran pemimpin kelompok disini ialah memberikan penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu, khususnya terhadap keikutsertaan secara aktif para anggota dan hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok.

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada individu melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki

dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungan dalam menunjang terbentuknya perilaku yang lebih efektif. Bimbingan kelompok memiliki empat tahap yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran.

9. Teknik dalam Bimbingan Kelompok

Istilah teknik dalam bimbingan kelompok disini adalah cara untuk melakukan sesuatu artinya cara-cara bagaimana bimbingan kelompok dilaksanakan. Teknik bukan merupakan tujuan terapi tetapi hanya merupakan alat untuk mencapai tujuan bimbingan kelompok.

Menurut Romlah, (2001:86) teknik-teknik dalam bimbingan kelompok meliputi :

a. Teknik pemberian informasi

Teknik pemberian informasi sering disebut juga dengan metode ceramah, yaitu pemberian penjelasan oleh seseorang pembicara kepada sekelompok pendengar. Bisa juga diberikan secara tertulis misal pada papan bimbingan, majalah sekolah, rekaman, selegram, video dan film.

Pelaksanaan teknik pemberian informasi mencakup tiga hal yaitu perencanaan, pelaksanaan dan penilaian (Jascobsen, dkk. 1985 dalam Titiek Romlah MA).

Keuntungan-keuntungan teknik pemberian informasi: dapat melayani banyak orang, tidak membutuhkan banyak orang sehingga efisien, tidak terlalu banyak menggunakan fasilitas untuk

melaksanakannya, mudah dilaksanakan, jika pembicara pandai menggunakan gambar dengan kata-kata bahannya akan menjadi menarik. Untuk mengatasi kelemahan-kelemahan pemberian informasi :

- 1) Perlu dipikirkan dulu apakah cara yang digunakan tepat untuk diberikan pada individu-individu yang dibimbing.
- 2) Menyiapkan bahan informasi sebaik-baiknya.
- 3) Menyiapkan bahan sendiri sehingga sipelajar dapat mempelajarinya.
- 4) Usahakan sebagai variasi penyampaian agar pendengar menjadi lebih aktif.
- 5) Gunakan berbagai alat bantu yang dapat memperjelas pengertian pendengar terhadap bahan yang disampaikan.

b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang sudah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan, dibawah pimpinan seorang pemimpin.

c. Teknik pemecahan masalah

Teknik pemecahan masalah adalah suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan-perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, dan membuat pilihan-pilihan baru,

keputusan-keputusan, atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai hidupnya.

d. Permainan peran (*Role Playing*)

Istilah permainan peranan mempunyai empat macam arti:

- 1) Bersifat sandiwara.
- 2) Sesuatu yang bersifat sosiologis, atau pola-pola perilaku yang ditentukan oleh norma-norma sosial.
- 3) Suatu perilaku tiruan atau perilaku tipuan dimana seseorang berusaha memperbodoh orang lain dengan apa yang sebenarnya diharapkan, dirasakan atau diinginkan.
- 4) Sesuatu yang berkaitan dengan pendidikan.

e. Permainan simulasi

Bermain adalah suatu aktivitas yang menyenangkan, ringan, bersifat kompetitif, atau kedua-duanya. Jadi permainan dapat disebut sebagai alat untuk mengembangkan pengenalan terhadap lingkungan. Menurut Adams, (dalam Romlah, 2001:118) permainan simulasi adalah permainan yang dimaksudkan untuk merefleksikan situasi-situasi yang terdapat dalam kehidupannya yang sebenarnya.

f. Teknik penciptaan suasana kekeluargaan

Adalah teknik untuk mengadakan pertemuan dengan sekelompok siswa diluar jam-jam pelajaran dalam suasana kekeluargaan, dan dipimpin oleh guru secara khusus.

g. Karyawisata Karyawisata adalah kegiatan yang diprogramkan oleh sekolah untuk mengunjungi objek-objek yang kaitannya dengan

bidang studi yang dipelajari siswa, dan dilaksanakan untuk tujuan belajar secara khusus.

Sedangkan menurut Tohirin, (2007:173) ada beberapa teknik yang biasa diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok, yaitu teknik umum dan permainan kelompok.

a. Teknik Umum

Dalam teknik ini dilakukan pengembangan dinamika kelompok. Secara garis besar teknik-teknik ini meliputi (1) komunikasi multi arah secara efektif dinamis dan terbuka, (2) pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi, (3) dorongan minimal untuk memantapkan respon dan aktivitas anggota kelompok, (4) penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan, (5) pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru yang dikehendaki.

b. Permainan Kelompok

Permainan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok baik sebagai selingan maupun sebagai wahana yang memuat materi pembinaan atau materi layanan tertentu. Permainan kelompok yang efektif dapat dijadikan sebagai teknik dalam layanan bimbingan kelompok harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut: (1) sederhana, (2) menggembarakan, (3) menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan, (4) meningkatkan keakraban, (5) diikuti semua anggota kelompok.

Dari pendapat ahli tersebut disimpulkan bahwa teknik dalam bimbingan kelompok berperan penting dalam proses bimbingan kelompok agar layanan bimbingan kelompok dirasa menyenangkan dan tidak membosankan bagi peserta didik. Untuk itu dituntut untuk kreatifitas konselor dalam pelaksanaan teknik agar dirasa tepat sesuai tujuan yang diharapkan.

C. Teknik *Self Management*

1. Pengertian Teknik *Self Management*

Self management atau pengelolaan diri merupakan hal penting yang membantu seseorang untuk dapat memiliki kebiasaan yang baik bagi dirinya sendiri.

Menurut Soekardji Pengelolaan diri adalah prosedur dimana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri. Pada prosedur ini biasanya subyek terlibat langsung dalam komponen dasar, yaitu : menentukan perilaku sasaran, memonitori perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan ditetapkan, melaksanakan prosedur tersebut, serta mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. (Hadi, 2005:205).

Pengelolaan diri adalah usaha mengubah perilaku dan emosi manusia dengan cara menguntungkan berdasarkan hukum-hukum teori modern proses belajar (Edy, 2007:131).

Manajemen diri adalah menunjukan pada suatu teknik dalam terapi kognitif-behaviour berlandaskan pada teori belajar dirancang untuk membantu para konseli mengontrol dan mengubah tingkah laku yang lebih

efektif, sering dipadukan dengan ganjar diri (*self reward*), konsep yang berasosiasi dengan D. Meichenbaum, dan belakangan sering pula dipertukarkan dengan metode administrasi diri, kendali diri dan teknik regulasi diri untuk menunjuk proses yang sama (Mappiare, 2006: 297).

Dari beberapa pengertian mengenai *self management* atau pengelolaan diri, dapat diambil kesimpulan bahwa self management merupakan salah satu dari penerapan teori modifikasi perilaku dan merupakan gabungan dari teori behavioristik dan teori kognitif sosial yang menekankan seseorang untuk mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri dalam penyelesaian masalahnya.

2. Konsep Dasar *Self Management*

Menurut Hadi (2005:213) konsep dasar pengelolaan diri adalah sebagai berikut :

- a. Proses perubahan tingkah laku dengan satu atau lebih strategi melalui pengelolaan tingkah laku internal dan eksternal individu.
- b. Penerimaan individu terhadap program perubahan perilaku menjadi syarat mendasar untuk menumbuhkan motivasi individu.
- c. Partisipasi individu untuk menjadi agen perubahan menjadi hal yang sangat penting.
- d. Generalisasi dan tetap mempertahankan hasil akhir dengan jalan mendorong individu untuk menerima tanggung jawab menjalankan strategi dalam kehidupan sehari-hari.

- e. Perubahan bisa dihadirkan dengan mengajarkan kepada individu menggunakan ketrampilan menangani masalah.

Gantina (2011:181), Konsep dasar self management adalah prosedur dimana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri, biasanya subyek terlibat langsung minimal pada beberapa kegiatan atau seluruh komponen dasar.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa konsep dasar *self management* adalah proses pengubahan tingkah laku dimana dibutuhkan partisipasi individu untuk menerima tanggung jawab untuk mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri menjalankan strategi dalam kehidupan sehari-hari yang dapat digunakan untuk menangani berbagai masalah yang dihadapi.

3. Tujuan Teknik *Self Management*

Tujuan *self management* adalah agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki.

Menurut Munawir dan Edi (2007:132) tujuan modifikasi perilaku (*self management*) dapat mencakup empat perubahan perilaku antara lain:

- a. Peningkatan perilaku yang dikehendaki. Pemeliharaan perilaku dapat dilihat dari frekuensi, intensitas dan lamanya perilaku.
- b. Pemeliharaan perilaku yang dikehendaki. Pemeliharaan perilaku bertujuan agar perilaku yang sudah dibentuk tidak hilang atau berkurang frekuensi, intensitas dan lainnya.

- c. Pengurangan atau penghilangan perilaku yang tidak kita kehendaki. Pengurangan atau penghilangan perilaku dimaksudkan agar perilaku yang tidak kehendaki dapat kita hilangkan atau dikurangi. Bentuknya dapat berupa penghapusan, hukuman, dan penguatan.
- d. Perkembangan atau perluasan perilaku. Perkembangan atau perluasan perilaku bertujuan untuk membentuk perilaku yang lebih spesifik, serta variasi perilaku yang berhasil dikukuhkan bertambah luas penggunaan dan macamnya.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari *self management* adalah agar individu dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki, yaitu konseli dilatih untuk mengelola pikiran, perasaan, dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada penginderaan terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan hal-hal yang benar dan baik.

4. Prinsip-prinsip Teknik *Self Management*

Menurut Walker (2005:208) ada beberapa prinsip yang perlu diperhatikan dalam menggunakan teknik *self management* yaitu:

- a. Sasaran perilaku harus dinyatakan dengan jelas.
- b. Perilaku alternatif sebagai treatment perlu diidentifikasi kemungkinan keterlaksanaannya dalam jangkauan si subyek.
- c. Perilaku pilihan harus ditawarkan kepada subyek, lebih diutamakan perilaku yang disusulkan oleh si subyek.

- d. Tujuan treatment harus diamati dengan jelas dan tepat diukur.
- e. Subyek harus diberi kemudahan dalam berkonsultasi manakala memerlukan bantuan dalam mengevaluasi dan melaksanakan treatment.

Prinsip-prinsip *self management* meliputi:

- a. Self regulation, individu cenderung menjadi waspada ketika perilaku mereka mendatangkan konsekuensi yang tidak diharapkan.
- b. Self kontrol, individu tetap memiliki komitmen dan menjalankan program perubahan perilaku meskipun disalah satu sisi individu mengalami konsekuensi yang tidak menyenangkan bagi dirinya.
- c. Self attribution, individu percaya bahwa dirinya bertanggung jawab atas terjadinya sesuatu dan yakin kesuksesan yang diraih karena kemampuan personalnya.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip self management yaitu individu bertanggung jawab atas perubahan perilaku dan yakin kesuksesan yang diraih karena kemampuan personalnya. Dalam merubah tingkah lakunya, individu diberikan kemudahan kepada konselor untuk memilih jalan sesuai individu harapkan.

5. Langkah-langkah Teknik *Self Management*

Menurut Soekadji pengelolaan diri paling tidak ada empat tahap yaitu sebagai berikut:

a. Tahap monitoring diri atau observasi diri

Dalam tahap ini subyek dengan sengaja dan cermat mengamati perilaku sendiri dan mencatat jenis, waktu, durasi perilaku yang ada pada diri subyek kadang-kadang minta bantuan terapis untuk memilih cara pencatatan atau perekaman perilaku yang praktis.

b. Tahap pengaturan lingkungan

Dalam tahap ini lingkungan perlu diatur sehingga dapat mengurangi atau bahkan meniadakan perilaku-perilaku yang memungkinkan mendapatkan penguatan segera. Pengaturan lingkungan juga bertujuan untuk memilih perilaku aversi yang mungkin dapat ditimbulkan.

c. Tahap evaluasi diri

Pada tahap ini subyek membandingkan apa yang tercatat sebagai kenyataan dengan apa yang seharusnya dilakukan. Catatan data observasi perilaku yang teratur sangat penting untuk mengevaluasi efisiensi dan efektifitas program. Bila evaluasi data menunjukkan bahwa program tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali (ini berlaku bagi semua penerapan modifikasi perilaku). Letak kegagalan mungkin terletak pada tidak cocoknya perilaku sasaran, penguatan atau prosedurnya harus ditinjau kembali. Kadang-kadang semua ini sudah merupakan pilihan yang tepat, tetapi prosedur tidak dilaksanakan sebagai mana hukuman.

d. Tahap pemberian pengukuh, penghapusan atau hukuman

Tahap ini diperlukan kemauan diri yang kuat untuk menentukan dan memilih pengukuhan apa yang perlu segera dihadirkan, atau perilaku mana yang segera dihapus, dan bahkan hukuman diri sendiri apa yang harus segera ditetapkan. Orang dewasa biasanya lebih konsekuen terhadap program yang telah ditetapkan dirinya. Bagi anak-anak sering diperlukan pengawasan agar komitmen dirinya dapat terjaga (Hadi,2005:210).

Menurut Gantina (2011:182), self management biasanya dilakukan dengan bentuk pelaksanaan sebagai berikut:

a. Monitor diri atau observasi diri

Pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan konseli dalam mencatat tingkahlakunya adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.

b. Evaluasi diri

Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli. Perbandingan ini dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program. Bila program tersebut dapat tidak berhasil maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

c. Pemberian penguatan, penghapusan, dan hukuman

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa dalam penerapan *self management* terdapat empat bentuk kegiatan yang harus dilakukan, yaitu: monitor atau observasi, pengaturan lingkungan, evaluasi diri, pemberian penguatan, atau hukuman.

D. Bimbingan kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk meningkatkan pemahaman kemandirian siswa

Kemandirian adalah kegiatan yang telah dapat dilakukan oleh seorang anak sendiri tanpa bantuan orang lain. Anak sudah mampu melakukan pekerjaannya sendiri dengan baik sesuai dengan tahap perkembangannya. Upaya pengembangan kemandirian yang dikemukakan oleh Ali dan Asrori (2005) bahwa untuk mengembangkan kemandirian remaja dapat dilakukan cara yaitu: penciptaan partisipasi dan keterlibatan remaja, penciptaan keterbukaan, penciptaan kebebasan untuk mengeksplorasi lingkungan, penerimaan positif tanpa syarat, menciptakan empati, serta menciptakan hubungan yang hangat.

Pada siswa yang memiliki kemandirian rendah di sekolah dapat diberikan konseling dengan teknik *self management*. *Self management* merupakan prosedur dimana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri

dengan kesadaran dan ketrampilan untuk merubah totalitas diri baik dari segi intelektual, emosional, spiritual, dan fisik agar yang diharapkan tercapai. Melalui teknik *self management* siswa yang masih rendah kemandiriannya diharapkan dapat meningkatkan kemandiriannya.

Siswa diharapkan mampu menyadari kekurangan pada dirinya sendiri disekolah. Semakin rendah tingkat kemandirian maka semakin tinggi harapan yang akan tercapai. Semakin efektif teknik *self management*, maka diharapkan terjadi perubahan perilaku pada siswa, sehingga siswa dapat meminimalisir kemandirian.

Dalam kegiatan bimbingan kelompok, siswa dilatih untuk berpartisipasi aktif mengemukakan pendapat terhadap topik yang dibahas berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya. Hal tersebut membuat siswa terlibat dalam suasana yang tumbuh dalam berkembang dalam kelompok. Keterlibatan siswa dalam kegiatan bimbingan kelompok akan mempengaruhi timbulnya dinamika kelompok.

Dinamika kelompok membuat anggota kelompok mampu berdiri sebagai perseorangan yang sedang mengembangkan kediriannya dalam hubungannya dengan orang lain. Melalui dinamika kelompok tersebut, siswa memiliki hubungan yang akrab dan hangat antar anggota kelompok sehingga menyebabkan munculnya keterbukaan di antar siswa. Keterbukaan merupakan asas yang utama dalam bimbingan kelompok karena apabila dalam kegiatan bimbingan kelompok tidak terdapat keterbukaan maka kegiatan bimbingan kelompok tidak akan dapat berjalan secara efektif dan pastinya dinamika kelompok tidak akan muncul. Secara langsung dalam

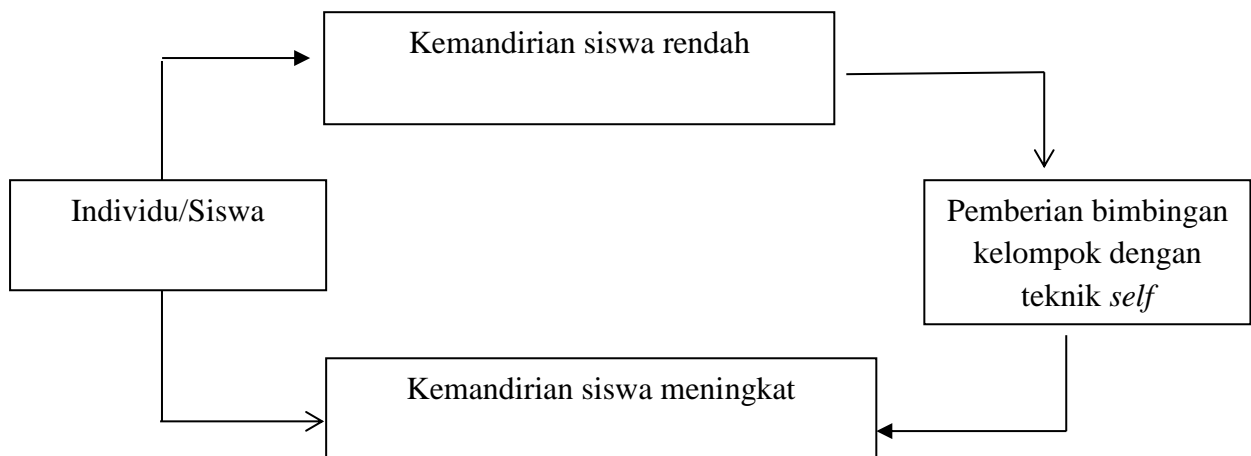
bimbingan kelompok mengajarkan kepada anggotanya mengembangkan kemandirian. Dalam hal ini kemandirian yang dimaksud adalah kemandirian dalam berpendapat yang tidak terbawa oleh pendapat anggota lain yang dapat membuat siswa yang terlibat di dalamnya.

Romlah (2001: 3) mengemukakan bahwa “bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu pada siswa dan mengembangkan potensi siswa”. Priyatno (2004: 3) mengemukakan bahwa “bimbingan kelompok merupakan pembahasan topik-topik dalam bimbingan kelompok untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang efektif”. Tingkah laku yang efektif yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah kemandirian.

Dari penjelasan tersebut, maka bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dapat digunakan untuk meningkatkan kemandirian siswa. Asumsinya melalui bimbingan kelompok dapat mengajari siswa untuk belajar mandiri mengemukakan pendapat, keterbukaan, hubungan yang hangat, serta partisipasi dan keterlibatan siswa dalam kelompok. Hal tersebut merupakan upaya untuk mengembangkan kemandirian siswa. Dari uraian tersebut maka nampak jelas bahwa bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan kemandirian siswa.

E. Kerangka Berfikir

Melalui bimbingan kelompok ini diharapkan mampu meningkatkan kemandirian siswa, sehingga nantinya siswa mampu mandiri dan tidak tergantung pada orang lain. Untuk lebih jelasnya kerangka berfikir dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1
Kerangka Berfikir

F. Hipotesis Penelitian

Menurut Suhardi (2005: 4) Hipotesis adalah alat yang mempunyai kekuatan dalam proses inkuri. Hipotesis dapat menghubungkan dari teori yang relevan dengan kenyataan yang ada atau fakta dari kenyataan dengan teori yang relevan.

Menurut Suharmini (2005: 71) Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.

Berdasarkan pendapat di atas, maka hipotesis tindakan Bimbingan dan Konseling merupakan suatu pernyataan yang masih bersifat sementara

kebenarannya melalui penelitian tindakan dan pernyataan tersebut dirumuskan berdasarkan kerangka pemikiran yang telah disusun sebelumnya.

Hipotesis dalam penelitian ini bimbingan kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman kemandirian siswa.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan desain *One Group Pretest-Posttest* (Arrikunto, 2009:85), dimana dalam desain ini, observasi dilakukan sebanyak dua kali, yaitu eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi dilakukan sebelum eksperimen (O_1) disebut dengan *Pretest*, dan observasi sesudah eksperimen (O_2) disebut *Posttest*. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut :

Tabel: 1
One Group Pretest-Posttest

	Pre-test	Treatment	Post-test
Kelompok Eksperimen	O_1	X	O_2

Keterangan :

O_1 : Pengukuran Pre-test

X : Perlakuan

O_2 : Pengukuran Post-test

B. Variabel Penelitian

Arikunto (2006:19) mengemukakan, bahwa variabel penelitian dibedakan menjadi dua, yaitu variabel bebas dan variabel terikat, sebagai berikut :

1. Variabel yang memberikan pengaruh tersebut variabel bebas / variabel independen / independent variabel (X). Pada penelitian ini, sebagai variabel bebas adalah Bimbingan Kelompok melalui Teknik *Self Management*.

2. Variabel yang dipengaruhi disebut variabel terikat/ tergantung / variabel dependen/ variabel (Y). Pada penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 2
Hubungan antar variabel

Variabel X mempengaruhi variabel Y. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management merupakan variabel bebas (X) yang mempengaruhi pemahaman tentang kemandirian siswa sebagai variabel terikat (Y).

C. Definisi Operasional Variabel

Sesuai dengan identifikasi variabel, dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang menjadi fokus penelitian. Dua variabel tersebut adalah variabel bebas (X) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dan variabel terikat (Y) kemandirian siswa. Untuk memberikan pemahaman tentang dua variabel tersebut, maka akan dikemukakan definisi operasional sebagai berikut :

1. Bimbingan kelompok dengan Teknik *Self Management*

Bimbingan kelompok dengan teknik *self management* merupakan suatu proses bimbingan kelompok untuk memberi bantuan dan informasi kepada anggota kelompok dengan menerapkan tahap monitoring, tahap pengaturan lingkungan, tahap evaluasi diri dan tahap pemberian pengukuhan.

2. Kemandirian Siswa

Kemandirian merupakan cara bersikap, berfikir, dan berperilaku individu secara nyata yang menunjukkan kondisi mampu mengarahkan diri dengan segala kemampuan yang dimiliki, tidak bergantung kepada orang lain dan hal apapun, dan bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya. Aspek-aspek kemandirian siswa yang diukur pada penelitian ini adalah dengan menggunakan angket yang diberikan kepada siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang.

D. Subjek Penelitian

Penelitian adalah usaha untuk menemukan data dan menguji kebenaran suatu pengetahuan yang dilakukan dengan menggunakan metode ilmiah. Sedangkan subjek penelitian adalah individu yang menjadi sasaran penelitian.

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang tahun ajaran 2016/2017 yang memiliki kemandirian yang rendah.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 13 Magelang tahun ajaran 2016/2017 kelas VIII B sebanyak 10 siswa.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan

atau karakteristik yang telah ditentukan. Karakteristik yang dimaksud adalah siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang yang memiliki pemahaman kemandirian siswa berdasarkan pengukuran kuesioner pemahaman kemandirian siswa.

E. Metode Pengumpulan Data

1. Angket

Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Angket pemahaman tentang kemandirian siswa disusun berdasarkan aspek-aspek yang telah tercakup dalam item-item. Item-item angket terdiri dari pernyataan positif dan negatif, masing-masing butir disediakan lima pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan responden, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju (KS), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS).

Penelitian jawaban responden bergerak melalui 1-5, dengan alternatif jawaban sebagai berikut :

a. Nilai untuk pernyataan atau pernyataan positif

- 1) Sangat setuju (SS) dengan skor 5
- 2) Setuju (S) dengan skor 4
- 3) Kurang setuju dengan skor 3
- 4) Tidak setuju dengan skor 2
- 5) Tidak sangat setuju 1

b. Nilai untuk pernyataan atau pernyataan negatif

- 1) Sangat setuju dengan skor 1

- 2) Setuju dengan skor 2
- 3) Kurang setuju dengan skor 3
- 4) Tidak setuju dengan skor 4
- 5) Sangat tidak setuju dengan skor 5

Angket digunakan untuk mengukur data serta besarnya kemampuan objek yang diteliti. Terdapat dua pengukuran dalam peneliti ini, yaitu berupa *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* digunakan untuk mengetahui pemahaman awal siswa terhadap kemandirian siswa. Sedangkan hasil *post-test* digunakan untuk mengetahui pemahaman siswa terhadap pentingnya kemandirian siswa setelah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Kemudian hasil *pre-test* dan *post-test* digunakan untuk menghitung perbandingan pemahaman siswa terhadap pentingnya kemandirian siswa.

Sebelum angket digunakan untuk *pre-test* dan *post-test*, terlebih dahulu peneliti melakukan *try out*. Pelaksanaan *try out* skala pemahaman kemandirian siswa dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrument yang digunakan dalam penelitian ini. *Try out* skala dilakukan dengan menggunakan *try out* terpakai, maksudnya adalah *try out* digunakan untuk satu kepentingan, yaitu untuk mencari validitas dan realibilitas instrument. *Try out* dilakukan pada tanggal 13 September 2016. Siswa yang hadir pada *try out* berjumlah 26 siswa kelas VIII B. Skala yang digunakan berisi 87 item pernyataan.

F. Prosedur Penelitian

1. Persiapan Penelitian

a. Pengajuan Judul Penelitian

Pengajuan judul penelitian diajukan pada kepala program studi bimbingan dan konseling pada bulan November 2015.

b. Pengajuan Proposal Penelitian

Peneliti mengajukan proposal penelitian kepada dosen pembimbing pada bulan Desember 2015 sampai Maret 2016.

c. Penyusunan Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah angket tentang kemandirian siswa. Angket ini berisikan pernyataan-pernyataan yang harus dijawab oleh siswa. Pernyataan-pernyataan di dalam angket berupa pernyataan yang positif dan pernyataan negatif.

Tabel: 2
Kisi-kisi Skala Karakter Mandiri Siswa Sebelum *Try Out*

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Jml
			+	-	
Karakter mandiri siswa	1. Percaya Diri	a. Berani tampil di muka umum	1,4	2,3	4
		b. Percaya kepada kemampuan diri sendiri	5,7	6,8	4
		c. Berani bertanya saat menemui kesulitan	10,12	9,11	4
		d. Berani mengemukakan pendapat	13,15	14	3
		e. Berbicara lancar saat berada di hadapan orang banyak	17,18	16	3

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Jml
			+	-	
	2. Bekerja sendiri	a. Melakukan tugas tanpa diperintah orang lain	20,21,22	19	4
		b. Menyelesaikan tugas tanpa bantuan orang lain	23,25	24,26	4
		c. Mempunyai kepuasan dengan usaha sendiri	27,29	28,30	4
		d. Puas dengan hasil yang diperoleh	31,32	33	3
	3. Menghargai waktu	a. Membuat jadwal kegiatan sehari-hari	34,37	35,36	4
		b. Melakukan kegiatan sesuai jadwal yang telah dibuat	39,40	38	3
		c. Memanfaatkan waktu luang untuk kegiatan yang bermanfaat	41,42,44	43	4
		d. Tidak menunda pekerjaan	46,47,48	45	4
	4. Tanggung Jawab	a. Menyelesaikan tugas yang diberikan dengan penuh tanggung jawa	50,52	49,51	4
		b. Berani mengakui kesalahan	54,55,56	53	4
		c. Berani menerima resiko atas perbuatan yang dilakukan	57,59	58	3
	5. Memiliki hasrat bersaing untuk maju	a. Rasa ingin tahu yang tinggi	60,62,63	61	4
		b. Menyukai hal-hal yang baru	65,67	64,66	4
		c. Mempunyai ide-ide yang murni	68,69,71	70	4
		d. Mempunyai kreatifitas yang tinggi	72,73	74	3
	6. Berani dalam mengambil keputusan	a. Berani mengambil keputusan dengan berdasarkan pada informasi yang lengkap	76,77,79	75,78	5
		b. Hati-hati dalam mengambil keputusan	81,82,84	80,83	5
		c. Mampu menyelesaikan masalah sendiri	85,87	86	3
Jumlah			54	33	87

d. Pengajuan Kerja Sama

Peneliti mengajukan surat ijin penelitian di SMP Negeri 13 Magelang pada bulan September 2016.

e. *Try out* Instrumen

Pelaksanaan *try out* instrumen dilakukan pada tanggal 13 September 2016. Siswa yang akan disertakan dalam *try out* berjumlah 26 siswa. Angket yang digunakan berisi 87 butir item pernyataan. Kemudian hasil *try out* di analisis untuk di uji validitas dan reliabilitasnya.

f. Uji Validitas Instrumen

Pengujian validitas instrument menggunakan pengujian validitas konstruksi (*construct validity*) dengan bantuan program SPSS 18.0 for windows. Jumlah item pada angket berjumlah 87 item pernyataan dengan anggota sampel yang digunakan N adalah 26 siswa (jumlah sampel *try out*). Kreteria item yang dinyatakan valid apabila r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%.

Berdasarkan hasil *try out* skala pemahaman kemandirian siswa yang terdiri dari 87 item pernyataan, diperoleh 41 item pernyataan valid dan 46 item pernyataan dinyatakan gugur. Hasil uji validitas instrument dan daftar skala yang valid dalam tabel sebagai berikut :

Tabel: 3
Hasil Uji Validitas

No Item	R _{Tabel}	R _{Hitung}	Ket
1	0,404	0,655	Valid
2	0,404	0,244	Gugur
3	0,404	0,239	Gugur
4	0,404	0,322	Gugur
5	0,404	0,493	Valid
6	0,404	0,592	Valid
7	0,404	0,013	Gugur
8	0,404	0,374	Gugur
9	0,404	0,577	Valid
10	0,404	0,536	Valid
11	0,404	0,738	Valid
12	0,404	0,024	Gugur
13	0,404	0,659	Valid
14	0,404	0,323	Gugur
15	0,404	0,199	Gugur
16	0,404	0,726	Valid
17	0,404	0,655	Valid
18	0,404	0,554	Valid
19	0,404	0,505	Valid
20	0,404	0,736	Valid
21	0,404	0,658	Valid
22	0,404	0,664	Valid
23	0,404	0,626	Valid
24	0,404	0,392	Gugur
25	0,404	-0,294	Gugur
26	0,404	0,295	Gugur
27	0,404	0,509	Valid
28	0,404	0,627	Valid
29	0,404	0,392	Gugur
30	0,404	0,342	Gugur
31	0,404	-0,001	Gugur
32	0,404	0,581	Valid
33	0,404	0,250	Gugur
34	0,404	0,414	Valid
35	0,404	0,319	Gugur
36	0,404	0,456	Valid
37	0,404	0,686	Valid
38	0,404	0,218	Gugur
39	0,404	0,288	Gugur
40	0,404	0,381	Gugur
41	0,404	0,695	Valid
42	0,404	0,394	Gugur
43	0,404	0,576	Valid
44	0,404	0,588	Valid
45	0,404	0,585	Valid
46	0,404	-0,004	Gugur
47	0,404	0,705	Valid
48	0,404	0,712	Valid
49	0,404	0,496	Valid
50	0,404	0,464	Valid
51	0,404	0,563	Valid
52	0,404	0,411	Valid
53	0,404	-0,144	Gugur
54	0,404	0,258	Gugur
55	0,404	-0,599	Gugur
56	0,404	0,084	Gugur
57	0,404	-0,066	Gugur
58	0,404	0,277	Gugur
59	0,404	-0,051	Gugur
60	0,404	0,139	Gugur
61	0,404	0,525	Valid
62	0,404	0,366	Gugur
63	0,404	0,476	Valid
64	0,404	0,177	Gugur
65	0,404	0,179	Gugur
66	0,404	0,476	Valid
67	0,404	0,094	Gugur
68	0,404	0,668	Valid
69	0,404	0,453	Valid
70	0,404	0,658	Valid
71	0,404	0,621	Valid
72	0,404	0,130	Gugur
73	0,404	0,595	Valid
74	0,404	0,322	Gugur
75	0,404	0,337	Gugur
76	0,404	0,114	Gugur
77	0,404	0,151	Gugur
78	0,404	0,158	Gugur
79	0,404	0,345	Gugur
80	0,404	-0,033	Gugur
81	0,404	0,356	Gugur
82	0,404	0,404	Valid
83	0,404	0,469	Valid
84	0,404	0,242	Gugur
85	0,404	0,284	Gugur
86	0,404	0,003	Gugur
87	0,404	0,005	Gugur

Berdasarkan uji validitas tersebut diperoleh kisi-kisi kuesioner pemahaman tentang kemandirian siswa setelah try out yang disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel: 4
Kisi-kisi Angket Karakter Kemandirian Siswa Sesudah Try Out

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Jml
			+	-	
Karakter mandiri siswa	1. Percaya Diri	a. Berani tampil di muka umum	1	-	1
		b. Percaya kepada kemampuan diri sendiri	5	6	2
		c. Berani bertanya saat menemui kesulitan	-	9	1
		d. Berani mengemukakan pendapat	10,13	11	3
		e. Berbicara lancar saat berada di hadapan orang banyak	17,18	16	3
	2. Bekerja sendiri	a. Melakukan tugas tanpa diperintahkan orang lain	20,21,22	19	4
		b. Menyelesaikan tugas tanpa bantuan orang lain	23	-	1
		c. Mempunyai kepuasan dengan usaha sendiri	27	28	2
		d. Puas dengan hasil yang diperoleh	32	-	1
	3. Menghargai waktu	a. Membuat jadwal kegiatan sehari-hari	34	36	2
		b. Melakukan kegiatan sesuai jadwal yang telah dibuat	37	30	2
		c. Memanfaatkan waktu luang untuk kegiatan yang bermanfaat	41	43	2
		d. Tidak menunda pekerjaan	44	45	2
	4. Tanggung jawab	a. Menyelesaikan tugas yang diberikan dengan penuh tanggung jawab.	47,48,50,52	51	5
	5. Memiliki hasrat bersaing untuk maju	a. Menyukai hal-hal yang baru	63	61,66	3
		b. Mempunyai ide-ide yang murni	68,69,71	69,70	5
		c. Mempunyai kreatifitas yang tinggi	73	-	1

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item		Jml
			+	-	
	6. Berani dalam mengambil keputusan	a. Hati-hati dalam mengambil keputusan	82	83	2
Jumlah			26	15	41

g. Uji Reliabilitas Instrumen

Instrumen dikatakan reliabel apabila berdasarkan analisis item memperoleh alpha lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5 % dengan jumlah 26 siswa. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan SPSS 18.0 for windows dengan (Cronbach's Alpha), diperoleh koefisien *alpha* pada variabel tentang kemandirian siswa sebesar 0,404.

Tabel: 5
Reliability Statistic

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,921	,923	87

2. Pelaksanaan Penelitian

a. Pelaksanaan *Pretest*

- 1) Penelitian menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *pretest*.
- 2) Membagikan angket *pretest*.
- 3) Mengoreksi hasil pengisian angket *pretest* dan mentabulasikan sesuai dengan pedoman penilaian.
- 4) Menganalisis hasil *pretest* untuk menentukan tindak lanjut.

b. Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan *Self Management*

- 1) Menyiapkan modul pelatihan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.
- 2) Melakukan kegiatan pelatihan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* kepada anggota kelompok eksperimen. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun.
- 3) Melakukan evaluasi kegiatan pelatihan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.

c. Pelaksanaan *Postest*

- 1) Penelitian menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *postest*.
- 2) Membagikan angket *postest* kepada sampel penelitian.
- 3) Mengoreksi hasil pengisian angket *postest* dan mentabulasikan sesuai dengan pedoman penilaian.
- 4) Menganalisis hasil *postest*.
- 5) Memberikan hasil intervensi pada hasil penelitian tersebut.
- 6) Memberikan informasi hasil analisis kepada pihak sekolah.

Tabel: 6
Kisi-kisi Rencana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management*

Pertemuan	Topik	Kompetensi yang ingin dicapai	Kegiatan	Waktu
Ke-1	Pengertian Karakter Mandiri	Mampu memahami pengertian karakter mandiri	Tahap I: Pembentukan Tahap II: Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Pengakhiran	1x60 Menit
Ke-2	Menumbuhkan Karakter Mandiri	Mampu memahami cara menumbuhkan karakter mandiri		
Ke-3	Membangun Percaya Diri	Mampu memahami cara membangun percaya diri		
Ke-4	Menjadi Pribadi yang Bertanggung Jawab	Mampu memahami pribadi yang bertanggung jawab		
Ke-5	Menghargai Waktu	Mampu memahami tentang menghargai waktu		
Ke-6	Belajar Memanfaatkan Waktu Luang	Mampu memahami cara belajar memanfaatkan waktu luang		

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian terpenting dalam sebuah penelitian. Analisis data dilakukan untuk mengetahui jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan.

a. Metode Analisis Instrumen

Instrumen merupakan alat ukur yang mampu memberikan informasi secara jelas dan akurat dalam proses penelitian. Suatu alat ukur dapat dinyatakan sebagai alat ukur yang jelas dan akurat dalam memberikan informasi apabila telah memenuhi beberapa kriteria yang telah ditentukan oleh para ahli psikometri yaitu kriteria valid dan reliabel. Oleh karena itu agar simpulan tidak keliru dari keadaan yang sebenarnya,

diperlukan uji validitas dan reliabilitas dari alat ukur yang digunakan penelitian.

1) Uji Validitas Instrumen

Data try out yang diperoleh segera dianalisis untuk menguji validitas instrumen. Analisis butir menggunakan bantuan program *SPSS 18.0 for windows*, jumlah item pada kuesioner adalah 87 item pernyataan dengan N sejumlah 26. Kriteria item yang dinyatakan valid shahih adalah item dengan nilai r yang diperoleh (r hitung) lebih dari r tabel pada taraf signifikan 5%. Dari 26 subyek uji coba, dengan nilai r tabel 0,404 dan tingkat signifikan 5% diperoleh 41 item sah atau item yang valid dan 46 item pernyataan dinyatakan gugur.

2) Uji Reliabilitas Instrumen

Instrumen dikatakan reliabel apabila berdasarkan analisis item memperoleh α lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5 % dengan jumlah 26 siswa. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan *SPSS 18.0 for windows* dengan (Cronbach's Alpha), diperoleh koefisien *alpha* pada variabel tentang kemandirian siswa sebesar 0,404.

b. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yaitu cara mengolah data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian untuk menuju ke arah kesimpulan. Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis

statistic non parametric atau dengan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*.

Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan skor pretest dan posttest setelah dilakukan penelitian. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian relative kecil, yaitu 10 siswa. Dengan menggunakan uji Wilcoxon diharapkan dapat diketahui apakah penelitian pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk meningkatkan kemandirian siswa. Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS *versi 18.0 for windows*.

Kriteria pengambilan keputusan dilakukan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikan 5%. Artinya, hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0,05.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian tentang meningkatkan kemandirian siswa melalui bimbingan kelompok dengan teknik *self management* pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang dapat diambil kesimpulan:

1. Kesimpulan Menurut Teori

Bimbingan Kelompok dengan teknik *self management* adalah upaya pemberian bantuan dan informasi kepada sejumlah individu, yang dilakukan oleh orang yang ahli dengan memanfaatkan dinamika kelompok, untuk mencapai tujuan tertentu yang dapat menunjang pemahaman dan perkembangan dari individu dalam kehidupan sehari-hari. Melalui Bimbingan Kelompok dengan teknik *self management* tersebut diharapkan individu tersebut mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap dirisendiri, orang lain dan lingkungan dalam menunjang terbentuknya perilaku yang lebih efektif.

Kemandirian siswa merupakan kegiatan yang telah dapat dilakukan oleh seorang anak sendiri tanpa bantuan orang lain. Anak sudah mampu melakukan pekerjaannya sendiri dengan baik sesuai dengan tahap perkembangannya.

Bimbingan Kelompok dengan teknik *self management* dapat berpengaruh terhadap peningkatan kemandirian siswa.

2. Kesimpulan Menurut Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya meningkatkan kemandirian siswa melalui bimbingan kelompok dengan teknik *self managemen* pada siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang dapat diambil kesimpulan: Bahwa tingkat kemandirian siswa sebelum mendapat bimbingan kelompok dengan teknik *self management* termasuk dalam kategori rendah (2,04%). Tingkat kemandirian siswa sesudah mendapat bimbingan kelompok dengan teknik *self management* termasuk dalam kategori meningkat (51,64%).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini terbukti bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self management* ternyata mampu meningkatkan kemandirian siswa kelas VIII B SMP Negeri 13 Magelang, maka saran yang dapat diberikan berkaitan dengan hasil penelitian ini adalah:

1. Bagi guru pembimbing hendaknya memasukkan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sebagai salah satu program bimbingan dan konseling di sekolah dan memberikan bimbingan kelompok kepada siswa karena selama ini siswa belum pernah mengikuti bimbingan kelompok.
2. Bagi peneliti selanjutnya disarankan jika tertarik dengan penelitian tentang meningkatkan kemandirian siswa melalui bimbingan

kelompok dengan teknik *self management* dapat melakukan di tempat yang berbeda dan dengan subjek yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali & Asrosi.2004. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : PT. Bumi Aksara
- Ali, Muhammad dan Muhammad Asrori.2005.*Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : PT. Bumi Aksara
- Anomsari, Hesti Priskila. 2013. “*Upaya Meningkatkan Nilai Kemandirian Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIIIA SMP Negeri 3 Kembang Kecamatan Kembang Kabupaten Jepara Tahun Pelajaran 2012/2013*”. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Arikunto, Suharsini. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta:Rineka cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: PustakaPelajar.
- Bahrudin.2009. *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media
- Basri, Hasan. 2004. *Remaja Berkualitas (Problematika Remaja dan Solusinya)*.Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Budiyono, dkk. 2010. *Dasar-dasar Bimbingan dan Koseling*. Yogyakarta: Grafindo Litera.
- Dalyono.2009. *Psikologi Pedidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Familia. 2006. *Membuat Prioritas Melatih Anak Mandiri*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hartinah, Sitti. 2009. *Konsep DasarBimbingan Kelompok*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Hartinah, Sitti.2008. *Pengembangan Peserta Didik*. Tegal : PT. Retika Aditama
- <http://subliyanto.blogspot.co.id/2011/05/kemandirian-belajar.html>
- <http://www.dispsiad.mil.id/index.php/en/psikologi-olah-raga/290-membentuk-kemandirian-anak-remaja>
- Kartono, kartini.2005. *Teori Kepribadian*. Bandung : Mandar Maju

- Mustari, Mohamad.2011. *Nilai Karakter Refleksi untuk Pendidikan Krakter*. Yogyakarta: Laksbang Presindo
- Prayitno dan Erman Amti.2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (dasar dan profil)*.Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Padang: BK FIP.
- Sugiyono. 2005. *Metodologi Penelitian Administrasi*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif,dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Di Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Winkel, W.S., & Hastuti, Sri. 2006. *Bimbingan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta : Media Abadi.