

Lampiran 2

PRETEST

Responden	SKOR																																						TOTAL	Σ	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38			
X 1	2	3	1	3	3	1	3	3	4	4	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	116	3.05
X 2	4	2	2	4	3	1	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	1	4	2	4	4	3	2	3	120	3.16	
X 3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	1	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	1	3	3	4	2	1	3	118	3.11	
X 4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	3	127	3.34	
X 5	3	2	1	2	3	2	3	2	3	4	1	2	4	4	1	1	3	4	2	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	3	4	1	2	2	3	106	2.79	
X 6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	2	3	3	2	4	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	113	2.97
X 7	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	118	3.11	
X 8	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	113	2.97
X 9	2	4	3	1	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	1	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	2	131	3.45	
X 10	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	108	2.84	
X 11	3	3	2	3	3	2	3	1	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	2	3	115	3.03	
X 12	3	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	96	2.53	
X 13	3	3	2	3	3	2	4	1	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	117	3.08	
X 14	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	122	3.21	
X 15	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	120	3.16	
X 16	3	1	3	1	2	1	3	2	3	3	4	3	4	3	1	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	4	3	3	3	2	3	103	2.71	
X 17	3	2	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	1	3	113	2.97		
X 18	3	2	3	3	2	1	3	3	3	4	1	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	1	4	3	3	1	3	3	4	111	2.92	
X 19	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	118	3.11	
X 20	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	4	1	3	2	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	106	2.79	
JUMLAH TOTAL																																						2291			
0.3 0.3																																									
-0.2 0.6 0.1 0.3 0.4 0.5 0.3 0.2 0.4 0.3 0.5 0.3 0.1 0.4 0.3 0.5 0.1 0.3 0.2 0.5 0.1 0.6 0 0.4 0.2 -0 0.5 0.3 0.4 0.6 0.4 0.1 0.3 0.5 0.4 0.5 0.3 -0.1																																									
NO VALII NO NO VALII VALII NO NO VALII NO VALII VALII NO VALII NO VALII NO NO VALII NO VALII NO VALII NO VALII VALII VALII NO NO VALII VALII VALII VALII NO																																									
>114+6=120 3 15%																																									
108 - 120 13 65%																																									
<114-6=108 4 20%																																									
20																																									

Lampiran 4

CONTROL

Nama	SKOR																																						TOTAL	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38		
X1	2	3	1	3	3	1	3	3	4	4	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	116
X2	4	2	2	4	3	1	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	1	4	2	4	4	3	2	3	120	
X3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	1	4	3	4	2	1	3	128	
X4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	137	
X5	3	2	1	2	3	2	3	2	3	4	1	2	4	4	1	1	3	4	2	1	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	3	4	1	2	2	3	106	
X6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	115	
X7	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2	3	118	
X8	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	113	
X9	2	4	3	1	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	2	134	
X10	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	108	
X11	3	3	2	3	3	2	3	1	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	114	
X12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	109	
X13	3	3	2	3	3	2	4	1	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	117
X14	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	127
X15	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	127	
X16	3	2	3	2	2	1	3	2	3	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	1	3	4	3	3	3	2	4	115	
X17	3	2	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	1	3	113	
X18	3	2	3	3	2	1	4	3	4	4	1	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	3	3	1	3	3	4	117	
X19	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	124
X20	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	4	1	3	2	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	106	
JUMLAH TOTAL																																							2364	

Lampiran 5

Titik Persentase Distribusi t (df = 1 – 40)

df	Pr	0.25 0.50	0.10 0.20	0.05 0.10	0.025 0.050	0.01 0.02	0.005 0.010	0.001 0.002
1		1.00000	3.07768	6.31375	12.70620	31.82052	63.65674	318.30884
2		0.81650	1.88562	2.91999	4.30265	6.96456	9.92484	22.32712
3		0.76489	1.63774	2.35336	3.18245	4.54070	5.84091	10.21453
4		0.74070	1.53321	2.13185	2.77645	3.74695	4.60409	7.17318
5		0.72669	1.47588	2.01505	2.57058	3.36493	4.03214	5.89343
6		0.71756	1.43976	1.94318	2.44691	3.14267	3.70743	5.20763
7		0.71114	1.41492	1.89458	2.36462	2.99795	3.49948	4.78529
8		0.70639	1.39682	1.85955	2.30600	2.89646	3.35539	4.50079
9		0.70272	1.38303	1.83311	2.26216	2.82144	3.24984	4.29681
10		0.69981	1.37218	1.81246	2.22814	2.76377	3.16927	4.14370
11		0.69745	1.36343	1.79588	2.20099	2.71808	3.10581	4.02470
12		0.69548	1.35622	1.78229	2.17881	2.68100	3.05454	3.92963
13		0.69383	1.35017	1.77093	2.16037	2.65031	3.01228	3.85198
14		0.69242	1.34503	1.76131	2.14479	2.62449	2.97684	3.78739
15		0.69120	1.34061	1.75305	2.13145	2.60248	2.94671	3.73283
16		0.69013	1.33676	1.74588	2.11991	2.58349	2.92078	3.68615
17		0.68920	1.33338	1.73961	2.10982	2.56693	2.89823	3.64577
18		0.68836	1.33039	1.73406	2.10092	2.55238	2.87844	3.61048
19		0.68762	1.32773	1.72913	2.09302	2.53948	2.86093	3.57940
20		0.68695	1.32534	1.72472	2.08596	2.52798	2.84534	3.55181
21		0.68635	1.32319	1.72074	2.07961	2.51765	2.83136	3.52715
22		0.68581	1.32124	1.71714	2.07387	2.50832	2.81876	3.50499
23		0.68531	1.31946	1.71387	2.06866	2.49987	2.80734	3.48496
24		0.68485	1.31784	1.71088	2.06390	2.49216	2.79694	3.46678
25		0.68443	1.31635	1.70814	2.05954	2.48511	2.78744	3.45019
26		0.68404	1.31497	1.70562	2.05553	2.47863	2.77871	3.43500
27		0.68368	1.31370	1.70329	2.05183	2.47266	2.77068	3.42103
28		0.68335	1.31253	1.70113	2.04841	2.46714	2.76326	3.40816
29		0.68304	1.31143	1.69913	2.04523	2.46202	2.75639	3.39624
30		0.68276	1.31042	1.69726	2.04227	2.45726	2.75000	3.38518
31		0.68249	1.30946	1.69552	2.03951	2.45282	2.74404	3.37490
32		0.68223	1.30857	1.69389	2.03693	2.44868	2.73848	3.36531
33		0.68200	1.30774	1.69236	2.03452	2.44479	2.73328	3.35634
34		0.68177	1.30695	1.69092	2.03224	2.44115	2.72839	3.34793
35		0.68156	1.30621	1.68957	2.03011	2.43772	2.72381	3.34005
36		0.68137	1.30551	1.68830	2.02809	2.43449	2.71948	3.33262
37		0.68118	1.30485	1.68709	2.02619	2.43145	2.71541	3.32563
38		0.68100	1.30423	1.68596	2.02439	2.42857	2.71156	3.31903
39		0.68083	1.30364	1.68488	2.02269	2.42584	2.70791	3.31279
40		0.68067	1.30308	1.68385	2.02108	2.42326	2.70446	3.30688

Catatan: Probabilita yang lebih kecil yang ditunjukkan pada judul tiap kolom adalah luas daerah dalam satu ujung, sedangkan probabilitas yang lebih besar adalah luas daerah dalam kedua ujung

Lampiran 6

VARIABEL RELIABILITAS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	20	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.891	38

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Eksperimen	117.25	123.355	.424	.888
Eksperimen	117.40	122.779	.320	.889
Eksperimen	117.60	130.674	-.188	.900
Eksperimen	118.20	115.958	.513	.886
Eksperimen	117.40	119.726	.637	.885
Eksperimen	117.85	116.345	.489	.887
Eksperimen	117.65	117.082	.522	.886
Eksperimen	117.40	122.779	.320	.889
Eksperimen	117.15	122.450	.380	.888
Eksperimen	117.25	124.724	.284	.890
Eksperimen	117.40	123.305	.426	.888
Eksperimen	117.25	124.724	.284	.890
Eksperimen	117.10	120.726	.506	.886
Eksperimen	117.30	121.063	.556	.886
Eksperimen	118.25	117.671	.468	.887
Eksperimen	117.40	118.989	.700	.884
Eksperimen	117.40	124.147	.340	.889

Eksperimen	117.05	121.313	.455	.887
Eksperimen	117.25	120.303	.395	.888
Eksperimen	117.65	117.082	.522	.886
Eksperimen	117.15	118.661	.590	.885
Eksperimen	117.00	120.632	.505	.886
Eksperimen	117.10	117.989	.722	.883
Eksperimen	116.90	122.937	.287	.890
Eksperimen	117.15	122.450	.380	.888
Eksperimen	117.15	119.397	.623	.885
Eksperimen	117.00	121.158	.559	.886
Eksperimen	117.15	120.976	.311	.890
Eksperimen	116.90	122.200	.298	.890
Eksperimen	117.05	122.366	.453	.888
Eksperimen	117.50	121.316	.331	.889
Eksperimen	117.10	120.726	.506	.886
Eksperimen	117.15	120.766	.392	.888
Eksperimen	117.10	121.674	.524	.887
Eksperimen	117.15	131.397	-.298	.898
Eksperimen	117.25	123.987	.359	.889
Eksperimen	118.25	117.671	.468	.887
Eksperimen	117.25	123.987	.359	.889

Lampiran 7

SURAT PERMOHONAN PENELITIAN SKRIPSI



UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)

Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E/O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

Nomor : Ybk.1271.08/150/UNUGHA.F.KIP/VI.41/V/2023
Lampiran : -
Hal : **Permohonan Penelitian Skripsi**

Kepada Yth.
Kepala SMK RISTEK Rowokele
di -
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan semoga kita senantiasa mendapatkan ridlo dan pertolongan dari Allah SWT dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan tuntutan kebutuhan mahasiswa untuk mendapatkan pengalaman nyata di lapangan, maka Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap menugaskan kepada mahasiswa kami :

Nama : Susilo
NIM : 18862011032
Prodi : Bimbingan dan Konseling

Untuk mengadakan penelitian terkait dengan skripsi yang sedang di kerjakannya dengan Judul "**Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Permainan Tradisional terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas X**".

Berkenaan dengan hal tersebut, maka kami mengajukan permohonan kepada Kepala Sekolah untuk mengizinkan mahasiswa kami melaksanakan kegiatan tersebut.

Adapun mengenai hari, tanggal dan waktu pelaksanaannya yaitu **hari Senin, 8 Mei 2023 s.d Selesai**.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas bimbingan dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Cilacap, 05 Mei 2023

Nuning Budiarti, M.Pd.
Nrk. 41 230714 090

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP

Alamat : Jln. Kemerdekaan Barat No. 17 Kesugihan 53274 Cilacap, Jawa Tengah. <http://www.unugha.ac.id>. Email : fkkip@unugha.ac.id
Telp. : (0282) 695415, 695407. Fax : (0282) 695407

Lampiran 8



**KEMENTRIAN RISET DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
PROGRAM SARJANA S-1**

**Jl. Kemerdekaan Barat No.17, Gligir, Kesugihan Kidul, Kec. Kesugihan, Kab. Cilacap, Jawa
Tengah 53274 Telepon . (0282) 695407**

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Linda Dwi Solikhah, M.Pd.

Jabatan/Pekerjaan : Dosen

Instansi Asal : Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Permainan Tradisional Terhadap Penyeuaian Diri Siswa Kelas X SMK RISTEK Rowokele, dari mahasiswa :

Nama : Susilo

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

NIM : 18862011032

(sudah siap/~~belum siap~~)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambah beberapa saran sebagai berikut:

1.
.....
2.
.....

Demikian surat keterangan inu kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Cilacap, 6 Juni 2023

Validator,

Linda Dwi Solikhah, M.Pd.

Lampiran 9



KEMENTRIAN RISET DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
PROGAM SARJANA S-1

Jl. Kemerdekaan Barat No.17, Gligir, Kesugihan Kidul, Kec. Kesugihan, Kab. Cilacap, Jawa Tengah 53274 Telepon . (0282) 695407

SURAT KETERANGAN VALIDASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Endang Rifani, M.Pd.

Jabatan/Pekerjaan : Dosen

Instansi Asal : Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Menyatakan bahwa instrumen penelitian dengan judul:

Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Permainan Tradisional Terhadap Penyeuaian Diri Siswa Kelas X SMK RISTEK Rowokele, dari mahasiswa :

Nama : Susilo

Progam Studi : Bimbingan dan Konseling

NIM : 18862011032

(sudah siap/belum siap)* dipergunakan untuk penelitian dengan menambah beberapa saran sebagai berikut:

1. Perhatikan disetiap kalimat pernyataan pada tiap butir item, gunakan kata yang dapat dipahami dan diterima oleh responden penelitian.

2.
.....
.....

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Cilacap, 14 Juni 2023
Validator,


Endang Rifani, M.Pd

Lampiran 10

T HITUNG

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kelompok Eksperimen ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Kelompok Kontrol

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.444 ^a	.197	.153	11.252

a. Predictors: (Constant), Kelompok Eksperimen

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	560.660	1	560.660	4.428	.050 ^b
	Residual	2279.090	18	126.616		
	Total	2839.750	19			

a. Dependent Variable: Kelompok Kontrol

b. Predictors: (Constant), Kelompok Eksperimen

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	55.834	27.638		2.020	.059
	Kelompok Eksperimen	.481	.228	.444	2.104	.050

a. Dependent Variable: Kelompok Kontrol

Lampiran 11

FREKUENSI

		Statistics	
		Kelompok Kontrol	Kelompok Eksperimen
N	Valid	20	20
	Missing	0	0
Mean		113.75	120.50
Std. Error of Mean		2.734	2.527
Median		113.50	119.00
Mode		106 ^a	116 ^a
Std. Deviation		12.225	11.302
Variance		149.461	127.737
Range		57	42
Minimum		80	97
Maximum		137	139
Sum		2275	2410

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

FREKUENSI TABEL

		Kelompok Kontrol			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	80	1	5.0	5.0	5.0
	100	1	5.0	5.0	10.0
	106	2	10.0	10.0	20.0
	108	1	5.0	5.0	25.0
	109	2	10.0	10.0	35.0
	110	1	5.0	5.0	40.0
	113	2	10.0	10.0	50.0
	114	1	5.0	5.0	55.0
	115	1	5.0	5.0	60.0
	116	1	5.0	5.0	65.0
	117	2	10.0	10.0	75.0
	120	1	5.0	5.0	80.0
	124	1	5.0	5.0	85.0
	127	1	5.0	5.0	90.0

134	1	5.0	5.0	95.0
137	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Kelompok Eksperimen

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	97	1	5.0	5.0	5.0
	103	1	5.0	5.0	10.0
	109	1	5.0	5.0	15.0
	112	1	5.0	5.0	20.0
	114	1	5.0	5.0	25.0
	115	1	5.0	5.0	30.0
	116	2	10.0	10.0	40.0
	118	2	10.0	10.0	50.0
	120	2	10.0	10.0	60.0
	122	1	5.0	5.0	65.0
	127	1	5.0	5.0	70.0
	128	1	5.0	5.0	75.0
	129	1	5.0	5.0	80.0
	131	1	5.0	5.0	85.0
	138	2	10.0	10.0	95.0
	139	1	5.0	5.0	100.0
Total		20	100.0	100.0	

Lampiran 12

NILAI-NILAI r PRODUCT MOMENT

N	Taraf Signif		N	Taraf Signif		N	Taraf Signif	
	5%	1%		5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	27	0.381	0.487	55	0.266	0.345
4	0.950	0.990	28	0.374	0.478	60	0.254	0.330
5	0.878	0.959	29	0.367	0.470	65	0.244	0.317
6	0.811	0.917	30	0.361	0.463	70	0.235	0.306
7	0.754	0.874	31	0.355	0.456	75	0.227	0.296
8	0.707	0.834	32	0.349	0.449	80	0.220	0.286
9	0.666	0.798	33	0.344	0.442	85	0.213	0.278
10	0.632	0.765	34	0.339	0.436	90	0.207	0.270
11	0.602	0.735	35	0.334	0.430	95	0.202	0.263
12	0.576	0.708	36	0.329	0.424	100	0.195	0.256
13	0.553	0.684	37	0.325	0.418	125	0.176	0.230
14	0.532	0.661	38	0.320	0.413	150	0.159	0.210
15	0.514	0.641	39	0.316	0.408	175	0.148	0.194
16	0.497	0.623	40	0.312	0.403	200	0.138	0.181
17	0.482	0.606	41	0.308	0.398	300	0.113	0.148
18	0.468	0.590	42	0.304	0.393	400	0.098	0.128
19	0.456	0.575	43	0.301	0.389	500	0.088	0.115
20	0.444	0.561	44	0.297	0.384	600	0.080	0.105
21	0.433	0.549	45	0.294	0.380	700	0.074	0.097
22	0.423	0.537	46	0.291	0.376	800	0.070	0.091
23	0.413	0.526	47	0.288	0.372	900	0.065	0.086
24	0.404	0.515	48	0.284	0.368	1000	0.062	0.081
25	0.396	0.505	49	0.281	0.364			
26	0.388	0.496	50	0.279	0.361			



YAYASAN GEMA CENDEKIAWAN INDONESIA
SMKS RISTEK ROWOKELE KABUPATEN KEBUMEN
"TERAKREDITASI B"
BIDANG STUDI KEAHLIAN: TEKNOLOGI DAN INDUSTRI, TIK



KepMenKumHAM RI No: AHU-23.AH.01.04 Tahun 2013

**Jl. Raya Jatijajar Km 2 Redisari RT 001 RW 001, Rowokele, Kebumen, Jawa Tengah
 54472**

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
 BIMBINGAN KELOMPOK**

A.	Topik Layanan	:	Teknik perumusan tujuan dan pembuatan kontrak perilaku untuk mengatasi penyesuaian diri dalam hal tidak adanya ketegangan emosi.
B.	Bidang Bimbingan	:	Pribadi Sosial
C.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan Pencegahan
D.	Jenis Layanan	:	Bimbingan Kelompok
E.	Tujuan	:	<p>1. Sikap</p> <p>a. Sikap spiritual : Konseli dapat mempraktekkan kegiatan berdoa bersama.</p> <p>b. Sikap sosial : konseli dapat mempraktekkan sikap komunikatif, kerjasama, percaya diri dan tanggungjawab.</p> <p>2. Pengetahuan</p> <p>Konseli dapat mengidentifikasi langkah-langkah bimbingan kelompok.</p> <p>Konseli dapat mengidentifikasikan masalah penyebab timbulnya ketegangan emosi.</p> <p>3. Keterampilan</p> <p>Konseli dapat membuat rumusan tujuan dan kontrak perilaku kegiatan dan mempraktekkan</p>

			langkah-langkah tentang cara mengatasi ketegangan emosi.
F.	Sasaran Layanan	:	Siswa 20 Orang
G.	Uraian Kegiatan		
		:	<p>1. Tahap pembentukan :</p> <p>a) Memberi salam kepada siswa-siswa</p> <p>b) Doa bersama / basmallah</p> <p>c) Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai pengertian, tujuan diadakannya bimbingan kelompok</p> <p>d) Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok</p> <p>e) Mengadakan kontrak dengan siswa tentang kesepakatan waktu dalam bimbingan kelompok.</p> <p>f) Perkenalan, dilanjutkan permainan penghangatan / pengakraban dengan rangkaian nama</p> <p>2. Tahap peralihan :</p> <p>a) Guru Pembimbing menanyakan kesiapan anggota/ siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok</p> <p>b) Memberikan kesempatan bertanya kepada siswa mengenai pelaksanaan kegiatan apabila belum jelas</p> <p>c) Mempelajari suasana yang terjadi di kelompok</p> <p>3. Tahap kegiatan :</p> <p>a) Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pendapat tentang masalah yang bersifat khusus (Berfikir)</p> <p>b) Setelah dipilih salah satu topik maka anggota kelompok berdiskusi dengan mengemukakan pendapat, bertanya, berkoordinasi, dan memberikan contoh sebagai solusinya (Merasa, Bersikap)</p> <p>c) Tanya jawab hal yang belum dipahami</p> <p>d) Anggota kelompok merumuskan langkah-langkah yang akan diambil terkait dengan topik yang dibahas (Bertindak)</p> <p>e) Anggota kelompok membuat komitmen untuk melaksanakan langkah-langkah tersebut (Bertanggungjawab)</p> <p>4. Tahap pengakhiran :</p>

			<ul style="list-style-type: none"> a) Guru Pembimbing mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri b) Guru Pembimbing menanyakan kepada siswa/ anggota kelompok adakah makna/ kesan yang dapat diambil dari layanan yang diberikan dalam konseling kelompok ini untuk merefleksi kembali layanan yang diberikan tadi. (Merasa) c) Guru Pembimbing menarik kesimpulan tentang manfaat dari layanan yang diberikan dan mengemukakan pesan / harapan untuk anggota kelompok d) Guru Pembimbing menutup kegiatan bimbingan kelompok dengan berdoa bersama e) Salam penutup
I.	Waktu	:	1 x 40 menit
J.	Hari / tanggal	:	Selasa/ 9 Mei 2023
K.	Semester	:	2 (Genap)
L.	Tempat Pelaksanaan	:	Ruang kelas dan halaman sekolah
M.	Penyelenggara Layanan	:	Susilo
N.	Pihak yang diikutsertakan	:	Siswa dan Guru pembimbing
O.	Alat perlengkapan	:	Buku dan alat tulis
P.	Rencana penilaian	:	<ul style="list-style-type: none"> 1) Penilaian proses : antusias siswa terhadap materi yang disampaikan 2) Penilaian hasil : pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan dengan mengadakan diskusi dan tanya jawab
Q.	Rencana tindak lanjut	:	Diadakan evaluasi kembali pada pertemuan berikutnya

Kebumen, 2 Mei 2023

Mengetahui
Petugas BK



Mei Agung Nugroho, S.Pd
NPP. 111739056

Peneliti



Susilo
NIM. 18862011032

Materi Tidak Adanya Ketegangan Emosi

A. Pengertian Emosi

Emosi berasal dari kata *Emovere* yang berarti bergerak menjauh. Arti tersebut menyiratkan bahwa bertindak adalah hasil ungkapan dari emosi. Jadi pengertian emosi adalah dorongan dari dalam diri untuk melakukan tindakan. Biasanya rangsangan dari luar yang bisa mendorong diri untuk melakukan sesuatu. Emosi dapat berupa :

1. Gembira yang mendorong kita untuk tertawa
2. Sedih yang mendorong kita untuk menangis
3. Amarah yang mendorong kita untuk mengamuk, anarkis, jengkel
4. Malu yang mendorong kita untuk malu hati atau minder
5. Cemas yang mendorong kita untuk gugup, takut
6. Cinta yang mendorong kita untuk menjalin persahabatan, kedekatan

Emosi juga meliputi nafsu. Nafsu yang terkendali dapat menimbulkan kebijaksanaan dalam mengambil keputusan, ketenangan hati dan pikiran. Sebaliknya nafsu yang tidak terkendali dapat menimbulkan ketidakbijaksanaan dalam mengambil keputusan, kekacauan hati dan pikiran. Maka dari itu dibutuhkan kecerdasan emosional dalam menghadapi permasalahan. Dan kita juga harus mengerti dengan keadaan diri kita, orang lain, dan lingkungan sekitar.

B. Cara Mengendalikan Emosi

Berikut adalah cara untuk mengendalikan emosi :

1. Berpikir positif
2. Biasakan pikiran mengambil keputusan dalam suatu permasalahan
3. Berdoa kepada Tuhan YME
4. Kendalikan reaksi diri terhadap peristiwa yang tidak menyenangkan
5. Jangan mengambil keputusan saat hati sedang kacau
6. Hidupkan perasaan-perasaan kegembiraan
7. Biasakan mengucapkan syukur dalam keadaan apapun



YAYASAN GEMA CENDEKIAWAN INDONESIA
SMKS RISTEK ROWOKELE KABUPATEN KEBUMEN
"TERAKREDITASI B"
BIDANG STUDI KEAHLIAN: TEKNOLOGI DAN INDUSTRI, TIK

KepMenKumHAM RI No: AHU-23.AH.01.04 Tahun 2013

Jl. Raya Jatijajar Km 2 Redisari RT 001 RW 001, Rowokele, Kebumen, Jawa Tengah
54472



RENCANA PELAKSANAAN PELAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK

A.	Topik Layanan	:	Teknik perumusan tujuan dan pembuatan kontrak perilaku untuk mengembangkan perilaku penyesuaian diri dalam hal menghargai pengalaman.
B.	Bidang Bimbingan	:	Pribadi Sosial
C.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman
D.	Jenis Layanan	:	Bimbingan Kelompok
E.	Tujuan	:	<ol style="list-style-type: none">1. Sikap<ol style="list-style-type: none">a. Sikap spiritual : Konseli dapat mempraktekkan kegiatan berdoa bersama.b. Sikap sosial : konseli dapat mempraktekkan sikap komunikatif, kerjasama, percaya diri dan tanggungjawab.2. Pengetahuan<ol style="list-style-type: none">a. Konseli dapat mengidentifikasi langkah-langkah bimbingan kelompok.b. Konseli dapat mengidentifikasikan dalam hal menghargai pengalaman.3. Ketrampilan Konseli dapat membuat rumusan tujuan dan kontrak perilaku kegiatan dan mempraktekkan masing-masing pengalaman mereka.
F.	Sasaran Layanan	:	Siswa 20 Orang
G.	Uraian Kegiatan	:	<ol style="list-style-type: none">1. Tahap pembentukan :<ol style="list-style-type: none">a. Memberi salam kepada siswa-siswab. Doa bersama / basmallahc. Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai pengertian, tujuan diadakannya bimbingan kelompok

		<p>d. Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok</p> <p>e. Mengadakan kontrak dengan siswa tentang kesepakatan waktu dalam bimbingan kelompok.</p> <p>f. Perkenalan, dilanjutkan permainan penghangatan / pengakraban dengan rangkaian nama</p> <p>2. Tahap peralihan :</p> <p>a. Guru Pembimbing menanyakan kesiapan anggota/ siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok</p> <p>b. Memberikan kesempatan bertanya kepada siswa mengenai pelaksanaan kegiatan apabila belum jelas</p> <p>c. Mempelajari suasana yang terjadi di kelompok</p> <p>3. Tahap kegiatan :</p> <p>a. Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pendapat tentang masalah yang bersifat khusus (<u>Berfikir</u>)</p> <p>b. Setelah dipilih salah satu topik maka anggota kelompok berdiskusi dengan mengemukakan pendapat, bertanya, berkoordinasi, dan memberikan contoh sebagai solusinya</p> <p>c. (Merasa, Bersikap)</p> <p>d. Tanya jawab hal yang belum dipahami</p> <p>e. Anggota kelompok merumuskan langkah-langkah yang akan diambil terkait dengan topik yang dibahas (Bertindak)</p> <p>f. Anggota kelompok membuat komitmen untuk melaksanakan langkah-langkah tersebut (<u>Bertanggungjawab</u>)</p> <p>4. Tahap pengakhiran :</p> <p>a. Guru Pembimbing mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri</p> <p>b. Guru Pembimbing menanyakan kepada siswa/ anggota kelompok adakah makna/ kesan yang dapat diambil dari layanan yang diberikan dalam konseling kelompok ini untuk merefleksi kembali layanan yang diberikan tadi. (Merasa)</p> <p>c. Guru Pembimbing menarik kesimpulan tentang manfaat dari layanan yang diberikan dan mengemukakan pesan / harapan untuk anggota kelompok</p>
--	--	---

			d. Guru Pembimbing menutup kegiatan bimbingan kelompok dengan berdoa bersama e. Salam penutup
I.	Waktu	:	1 x 40 menit
J.	Hari / tanggal	:	Selasa/ 16 Mei 2023
K.	Semester	:	2 (Genap)
L.	Tempat Pelaksanaan	:	Ruang kelas dan halaman sekolah
M.	Penyelenggara Layanan	:	Susilo
N.	Pihak yang diikutsertakan	:	Siswa dan Guru pembimbing
O.	Alat perlengkapan	:	Buku dan alat tulis
P.	Rencana penilaian	:	a. Penilaian proses : antusias siswa terhadap materi yang disampaikan b. Penilaian hasil : pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan dengan mengadakan diskusi dan tanya jawab
Q.	Rencana tindak lanjut	:	Diadakan evaluasi kembali pada pertemuan berikutnya

Kebumen, 2 Mei 2023

Mengetahui
Petugas BK



Mei Agung Nugroho, S.Pd
NPP. 111739056

Peneliti



Susilo
NIM. 18862011032

Materi

Menghargai Pengalaman (Masa Orientasi Siswa)

A. Pengertian

Masa Orientasi Siswa (MOS) sering disebut juga Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS) merupakan sebuah kegiatan yang umum dilaksanakan disekolah guna menyambut kedatangan siswa. Masa orientasi lazim kita jumpai hampir tiap sekolah, mulai dari tingkat SMP, SMA hingga perguruan tinggi. Tak pandang itu sekolah negeri maupun swasta, semua menggunakan cara itu untuk mengenalkan almamater pada siswa barunya.

MOS dijadikan sebagai ajang untuk melatih ketahanan mental, disiplin dan mempererat tali persaudaraan. MOS juga sering dipakai sebagai sarana perkenalan siswa terhadap lingkungan baru disekolah tersebut. Baik itu perkenalan dengan sesama siswa baru, kakak kelas, guru hingga karyawan lainnya disekolah. Tak terkecuali pengenalan berbagai macam kegiatan yang ada dan rutin dilaksanakan di lingkungan sekolah.

B. Alasan dan Batasan Orientasi Siswa Baru

Lingkungan sekolah siswa yang lama telah ditinggalkan dan mereka berganti dengan lingkungan sekolah yang baru dengan penghuni dan budaya baru. Oleh karena itu, siswa perlu orientasi. Dengan orientasi tersebut, siswa akan siap menghadapi lingkungan dan budaya baru di sekolah yang mungkin berbeda jauh dengan sebelumnya. Kian tinggi jenjang lembaga pendidikan, kian berat tuntutan yang harus dipenuhi oleh siswa. Daya saing lingkungan baru tersebut relatif lebih ketat dibandingkan dengan lingkungan sebelumnya. Orientasi siswa baru diharapkan dapat mengantarkan siswa pada suasana baru yang berbeda dengan sebelumnya. Dengan demikian, siswa akan menyadari bahwa lingkungan baru di mana dia akan memasukinya, membutuhkan pikiran, tenaga, dan waktu yang relatif lebih banyak dibandingkan dengan lingkungan sekolah sebelumnya.

Yang dimaksud dengan orientasi adalah pengenalan. Pengenalan ini meliputi lingkungan fisik sekolah dan lingkungan sosial sekolah. Lingkungan fisik sekolah meliputi prasarana dan sarana sekolah, seperti jalan menuju sekolah, halaman sekolah, tempat bermain di sekolah, lapangan olahraga, gedung dan perlengkapan sekolah, serta fasilitas-fasilitas lain yang disediakan di sekolah. Sedangkan lingkungan sosial sekolah meliputi kepala sekolah, guru, tenaga kependidikan selain guru, teman sebaya seangkatan, dan siswa senior di sekolah.

C. Tujuan Orientasi Siswa Baru

Tujuan orientasi siswa baru adalah sebagai berikut:

1. Agar siswa mengenal lebih dekat mengenai diri mereka sendiri di tengah-tengah lingkungan barunya.
2. Agar siswa mengenal lingkungan sekolah, baik lingkungan fisiknya maupun lingkungan sosialnya.
3. Pengenalan lingkungan sekolah sangat penting bagi siswa dalam hubungannya dengan:
 - a. Pemanfaatan semaksimal mungkin layanan yang diberikan oleh sekolah.
 - b. Sosialisasi diri dan pengembangan diri secara optimal.
 - c. Menyiapkan siswa secara fisik, mental, dan emosional agar siap menghadapi lingkungan baru sekolah.

D. Fungsi Orientasi Siswa Baru

1. Bagi siswa sendiri, orientasi siswa baru berfungsi sebagai:
 - a. Wahana untuk menyatakan dirinya dalam konteks keseluruhan lingkungan sosialnya.
 - b. Wahana untuk mengenal bagaimana lingkungan barunya serta siapa dan apa saja yang ada di sana sehingga dapat dijadikan sebagai pedoman dalam menentukan sikap.

2. Bagi personalia sekolah dan lembaga kependidikan, dengan mengetahui siapa siswa barunya, akan dapat dijadikan sebagai titik tolak dalam memberikan layanan-layanan yang mereka butuhkan.
3. Bagi para siswa senior, dengan adanya orientasi siswa baru, akan mengetahui lebih dalam mengenai siswa penerusnya di sekolah tersebut. Hal ini sangat penting terutama berkaitan dengan estafet kepemimpinan organisasi siswa di sekolah tersebut.

E. Hari-hari Pertama di Sekolah

Pada hari-hari pertama di sekolah, siswa menghadapi hal-hal yang serba baru. Karena itu, rasa ingin tahu mereka terhadap lingkungan baru tersebut sangat besar. Siapa saja guru di sekolah tersebut, siapa saja pejabat-pejabat di sekolah tersebut, bagaimana penampilan orangnya, apa yang menjadi keahlian gurunya, serta bidang studi apa yang akan diajarkan adalah pertanyaan-pertanyaan yang seringkali ingin diketahui oleh siswa baru.

Para siswa baru juga seringkali tidak sabar dengan keingintahuannya tentang perpustakaan sekolah, laboratorium sekolah, serta berbagai jenis layanan yang didapatkan di sekolah. Hal itu wajar mengingat lingkungan baru sekolah yang lebih tinggi dibandingkan sekolah mereka sebelumnya, menimbulkan persepsi lebih bagi siswa terhadap sekolah barunya.

Tidak jarang siswa baru sebenarnya sudah mengenal sekolah tersebut melalui brosur, berita di koran, serta cerita dari teman-temannya sehingga dia ingin mengetahui kenyataan sekolah tersebut begitu dia diterima sebagai siswanya. Oleh karena itu, pada hari-hari pertama di sekolah, siswa diperkenalkan secara menyeluruh dan global mengenai sekolahnya, personalianya, jenis-jenis layanan yang dapat dimanfaatkan, dan sebagainya. Perkenalan secara menyeluruh tersebut dilakukan bersama dengan penerimaan siswa secara resmi oleh kepala sekolah.



YAYASAN GEMA CENDEKIAWAN INDONESIA
SMKS RISTEK ROWOKELE KABUPATEN KEBUMEN
"TERAKREDITASI B"



BIDANG STUDI KEAHLIAN: TEKNOLOGI DAN INDUSTRI, TIK

KepMenKumHAM RI No: AHU-23.AH.01.04 Tahun 2013

Jl. Raya Jatijajar Km 2 Redisari RT 001 RW 001, Rowokele, Kebumen, Jawa Tengah
54472

RENCANA PELAKSANAAN PELAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK

A.	Topik Layanan	:	Teknik perumusan tujuan dan pembuatan kontrak perilaku untuk mengembangkan perilaku penyesuaian diri positif dalam hal memiliki pertimbangan rasional dan pengarahannya tentang disiplin di sekolah.
B.	Bidang Bimbingan	:	Pribadi Sosial
C.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan pencegahan
D.	Jenis Layanan	:	Bimbingan Kelompok
E.	Tujuan	:	1. Sikap Sikap spiritual : Konseli dapat mempraktekkan kegiatan berdoa bersama. Sikap sosial : konseli dapat mempraktekkan sikap komunikatif, kerjasama, percaya diri dan tanggungjawab. 2. Pengetahuan a. Konseli dapat mengidentifikasi langkah-langkah bimbingan kelompok. b. Konseli dapat mengidentifikasikan masalah dalam hal untuk mengarahkan diri tentang kedisiplinan di sekolah. 3. Keterampilan Konseli dapat membuat rumusan tujuan dan kontrak perilaku kegiatan dan mempraktekkan langkah-langkah tentang cara mengatasi agar dapat mengarahkan diri dan menanamkan diri untuk disiplin di sekolah.
F.	Sasaran Layanan	:	Siswa 20 Orang
G.	Uraian Kegiatan	:	
		:	1. Tahap pembentukan : a. Memberi salam kepada siswa-siswa

		<ul style="list-style-type: none"> b. Doa bersama / basmallah c. Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai pengertian, tujuan diadakannya bimbingan kelompok d. Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok e. Mengadakan kontrak dengan siswa tentang kesepakatan waktu dalam bimbingan kelompok. f. Perkenalan, dilanjutkan permainan penghangatan / pengakraban dengan rangkaian nama <p>2. Tahap peralihan :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Guru Pembimbing menanyakan kesiapan anggota/ siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok b. Memberikan kesempatan bertanya kepada siswa mengenai pelaksanaan kegiatan apabila belum jelas c. Mempelajari suasana yang terjadi di kelompok <p>3. Tahap kegiatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pendapat tentang masalah yang bersifat khusus (<u>Berfikir</u>) b. Setelah dipilih salah satu topik maka anggota kelompok berdiskusi dengan mengemukakan pendapat, bertanya, berkoordinasi, dan memberikan contoh sebagai solusinya (<u>Merasa, Bersikap</u>) c. Tanya jawab hal yang belum dipahami d. Anggota kelompok merumuskan langkah-langkah yang akan diambil terkait dengan topik yang dibahas (<u>Bertindak</u>) e. Anggota kelompok membuat komitmen untuk melaksanakan langkah-langkah tersebut (<u>Bertanggungjawab</u>) <p>4. Tahap pengakhiran :</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Guru Pembimbing mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri b. Guru Pembimbing menanyakan kepada siswa/ anggota kelompok adakah makna/ kesan yang dapat diambil dari layanan yang diberikan dalam konseling kelompok ini untuk merefleksi kembali layanan yang diberikan tadi. (<u>Merasa</u>)
--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"> c. Guru Pembimbing menarik kesimpulan tentang manfaat dari layanan yang diberikan dan mengemukakan pesan / harapan untuk anggota kelompok d. Guru Pembimbing menutup kegiatan bimbingan kelompok dengan berdoa bersama e. Salam penutup
I.	Waktu	:	1 x 40 menit
J.	Hari / tanggal	:	Selasa/ 23 Mei 2023
K.	Semester	:	2 (Genap)
L.	Tempat Pelaksanaan	:	Ruang kelas dan halaman sekolah
M.	Penyelenggara Layanan	:	Susilo
N.	Pihak yang diikutsertakan	:	Siswa dan Guru pembimbing
O.	Alat perlengkapan	:	Buku dan alat tulis
P.	Rencana penilaian	:	<ul style="list-style-type: none"> a. Penilaian proses : antusias siswa terhadap materi yang disampaikan b. Penilaian hasil : pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan dengan mengadakan diskusi dan tanya jawab
Q.	Rencana tindak lanjut	:	Diadakan evaluasi kembali pada pertemuan berikutnya

Kebumen, 2 Mei 2023

Mengetahui
Petugas BK



Mei Agung Nugroho, S.Pd
NPP. 111739056

Peneliti



Susilo
NIM. 18862011032

Materi

Kedisiplinan Dan Pengarahan Diri

A. Kedisiplinan

Disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban. Disiplin akan membuat seseorang tahu dan dapat membedakan hal-hal apa yang seharusnya dilakukan, yang wajib dilakukan, yang boleh dilakukan, yang tak sepatutnya dilakukan (karena merupakan hal-hal yang dilarang). Bagi seorang yang berdisiplin, karena sudah menyatu dalam dirinya, maka sikap atau perbuatan yang dilakukan bukan lagi dirasakan sebagai beban, namun sebaliknya akan membebani dirinya apabila ia tidak berbuat disiplin. Nilai-nilai kepatuhan telah menjadi bagian dari perilaku dalam kehidupannya. Disiplin yang mantap pada hakikatnya akan tumbuh dan terpancar dari hasil kesadaran manusia. Sebaliknya, disiplin yang tidak bersumber dari kesadaran hati nurani akan menghasilkan disiplin yang lemah dan tidak akan bertahan lama, atau disiplin yang statis, tidak hidup.

B. Bentuk-bentuk Kedisiplinan di Sekolah

Kedisiplinan pada siswa merupakan aspek utama dan esensial pada pendidikan dalam keluarga yang diemban oleh orang tua, karena mereka bertanggung jawab secara kodrati dalam meletakkan dasar-dasarnya pada anak. Berarti, nilai-nilai kepatuhan telah menjadi bagian dari perilaku

dalam kehidupannya. Kedisiplinan siswa jelas akan mempengaruhi perilaku lainnya di lingkungan manapun baik di lingkungan rumah, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Oleh karena itu, kedisiplinan anak (siswa) mencakup :

1. Kedisiplinan di rumah dan lingkungan masyarakat, seperti ketaqwaan terhadap tuhan yang maha Esa, melakukan kegiatan secara teratur, melakukan tugas-tugas pekerjaan rumah tangga (membantu orang tua), menyiapkan dan membenahi keperluan belajarnya, mematuhi tata tertib di rumah, dan mempunyai kepedulian terhadap lingkungan
2. Kedisiplinan di lingkungan sekolah di mana anak sedang melakukan kegiatan belajarnya. Di lingkungan sekolah kedisiplinan ini diwujudkan dalam pelaksanaan Tata Tertib Sekolah.

Dalam Tata Tertib Sekolah, sekolah adalah sumber disiplin dan tempat berdisiplin untuk mencapai ilmu pengetahuan yang dicita-citakan. Di dalam tata tertib tersebut diatur mengenai hak dan kewajiban siswa, larangan, dan sanksi-sanksi. Dalam tata tertib sekolah disebutkan bahwa siswa mempunyai kewajiban:

1. Harus bersikap sopan dan santun, menghormati Ibu dan Bapak Guru, pegawai dan petugas sekolah baik di sekolah maupun di luar sekolah

2. Harus bersikap sopan dan santun, menghormati sesama pelajar, baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah
3. Menggunakan atribut sekolah sekolah
4. Hadir tepat waktu
5. Patuh kepada nasihat dan petunjuk orang tua dan guru
6. Tidak dibenarkan untuk meninggalkan kelas sekolah kecuali mendapat ijin khusus dari guru kelas, Kepala Sekolah, dan sebagainya.

Untuk mewujudkan kedisiplinan ini, kriteria atau kualitas tersebut harus secara terus menerus didukung oleh aspirasi dari kehendak berbuat dari para pelakunya. Karena kedisiplinan tidak terjadi dengan sendirinya, melainkan harus ditumbuhkan dari perbuatan dari para pelaku, untuk itu diperlukan suatu latihan atau pelajaran tertentu agar diperoleh seseorang yang mempunyai kedisiplinan yang baik dan mandiri, sehingga dapat mengatur dan mengendalikan dirinya agar melakukan perbuatan yang secara sosial dapat diterima lingkungannya, dan menghindari apa yang dilarangnya. Kedisiplinan seseorang adalah produk sosialisasi sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya, terutama lingkungan sosial.



YAYASAN GEMA CENDEKIAWAN INDONESIA
**SMKS RISTEK ROWOKELE KABUPATEN
KEBUMEN**



"TERAKREDITASI B"

BIDANG STUDI KEAHLIAN: TEKNOLOGI DAN INDUSTRI, TIK

KepMenKumHAM RI No: AHU-23.AH.01.04 Tahun 2013

**Jl. Raya Jatijajar Km 2 Redisari RT 001 RW 001, Rowokele, Kebumen, Jawa Tengah
54472**

**RENCANA PELAKSANAAN PELAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK**

A.	Topik Layanan	:	Teknik perumusan tujuan dan pembuatan kontrak perilaku untuk mengembangkan perilaku penyesuaian diri dalam hal mampu dalam belajar.
B.	Bidang Bimbingan	:	Pribadi Sosial dan belajar
C.	Fungsi Layanan	:	Pemahaman dan pencegahan
D.	Jenis Layanan	:	Bimbingan Kelompok
E.	Tujuan	:	1. Sikap a. Sikap spiritual : Konseli dapat mempraktekkan kegiatan berdoa bersama. b. Sikap sosial : konseli dapat mempraktekkan sikap komunikatif, kerjasama, percaya diri dan tanggungjawab. 2. Pengetahuan a. Konseli dapat mengidentifikasi langkah-langkah bimbingan kelompok. b. Konseli dapat mengidentifikasikan cara untuk peka terhadap orang lain. 3. Keterampilan Konseli dapat membuat rumusan tujuan dan kontrak perilaku kegiatan dan mempraktekkan langkah-langkah tentang cara belajar yang baik.
F.	Sasaran Layanan	:	Siswa 20 Orang
G.	Uraian Kegiatan	:	
		:	1. Tahap pembentukan : a. Memberi salam kepada siswa-siswa b. Doa bersama / basmallah c. Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai pengertian, tujuan diadakannya bimbingan kelompok

		<p>d. Guru Pembimbing memberikan penjelasan mengenai cara-cara dan asas-asas dalam bimbingan kelompok</p> <p>e. Mengadakan kontrak dengan siswa tentang kesepakatan waktu dalam bimbingan kelompok.</p> <p>f. Perkenalan, dilanjutkan permainan penghangatan / pengakraban dengan rangkaian nama</p> <p>2. Tahap peralihan :</p> <p>a. Guru Pembimbing menanyakan kesiapan anggota/ siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok</p> <p>b. Memberikan kesempatan bertanya kepada siswa mengenai pelaksanaan kegiatan apabila belum jelas</p> <p>c. Mempelajari suasana yang terjadi di kelompok</p> <p>3. Tahap kegiatan :</p> <p>a. Masing-masing anggota kelompok menyampaikan pendapat tentang masalah yang bersifat khusus (<u>Berfikir</u>)</p> <p>b. Setelah dipilih salah satu topik maka anggota kelompok berdiskusi dengan mengemukakan pendapat, bertanya, berkoordinasi, dan memberikan contoh sebagai solusinya</p> <p>c. (Merasa, Bersikap)</p> <p>d. Tanya jawab hal yang belum dipahami</p> <p>e. Anggota kelompok merumuskan langkah-langkah yang akan diambil terkait dengan topik yang dibahas (Bertindak)</p> <p>f. Anggota kelompok membuat komitmen untuk melaksanakan langkah-langkah tersebut (<u>Bertanggungjawab</u>)</p> <p>4. Tahap pengakhiran :</p> <p>a. Guru Pembimbing mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri</p> <p>b. Guru Pembimbing menanyakan kepada siswa/ anggota kelompok adakah makna/ kesan yang dapat diambil dari layanan yang diberikan dalam konseling kelompok ini untuk merefleksi kembali layanan yang diberikan tadi. (Merasa)</p> <p>c. Guru Pembimbing menarik kesimpulan tentang manfaat dari layanan yang diberikan dan mengemukakan pesan / harapan untuk anggota kelompok</p>
--	--	---

			d. Guru Pembimbing menutup kegiatan bimbingan kelompok dengan berdoa bersama e. Salam penutup
I.	Waktu	:	1 x 40 menit
J.	Hari / tanggal	:	Selasa/ 30 Mei 2023
K.	Semester	:	2 (Genap)
L.	Tempat Pelaksanaan	:	Ruang kelas dan halaman sekolah
M.	Penyelenggara Layanan	:	Susilo
N.	Pihak yang diikutsertakan	:	Siswa dan Guru pembimbing
O.	Alat perlengkapan	:	Buku dan alat tulis
P.	Rencana penilaian	:	a. Penilaian proses : antusias siswa terhadap materi yang disampaikan b. Penilaian hasil : pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan dengan mengadakan diskusi dan tanya jawab
Q.	Rencana tindak lanjut	:	Diadakan evaluasi kembali pada pertemuan berikutnya

Kebumen, 3 Oktober 2022

Mengetahui
Petugas BK



Mei Agung Nugroho, S.Pd
NPP. 111739056

Peneliti



Susilo
NIM. 18862011032

Materi

Mampu Dalam Belajar

A. Pengertian

Belajar adalah perubahan yang relatif permanen dalam perilaku atau potensi perilaku sebagai hasil dari pengalaman atau latihan yang diperkuat. Belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu jika dia dapat menunjukkan perubahan perilakunya. Menurut teori ini dalam belajar yang penting adalah input yang berupa stimulus dan output yang berupa respon.

Stimulus adalah apa saja yang diberikan guru kepada pelajar, sedangkan respons berupa reaksi atau tanggapan pelajar terhadap stimulus yang diberikan oleh guru tersebut. Proses yang terjadi antara stimulus dan respon tidak penting untuk diperhatikan karena tidak dapat diamati dan tidak dapat diukur, yang dapat diamati adalah stimulus dan respons, oleh karena itu apa yang diberikan oleh guru (stimulus) dan apa yang diterima oleh pelajar (respons) harus dapat diamati dan diukur.

B. Cara Belajar Yang Baik

Berikut adalah cara belajar yang baik di sekolah :

1. Disiplin waktu belajar

Sekolah mempunyai aturan dan tata tertib belajar. Masuk kelas tepat pada waktunya. Jangan pernah telat masuk kelas. Ketika guru sudah masuk berarti siswa juga siap belajar. Baik pada jam pertama maupun pertukaran

jam belajar antara satu mata pelajaran dengan pelajaran berikutnya. Singkirkan hal-hal lain yang mengganggu pikiran.

Disiplin waktu belajar juga menyangkut jam istirahat. Gunakan jam istirahat dengan baik. Apakah untuk pergi jajan ke kantin atau sekadar menghirup udara segar di taman sekolah. Intinya, hemat energi siswa untuk mengikuti pelajaran berikutnya.

2. Konsentrasi dalam belajar.

Konsentrasi adalah modal utama bagi siswa. Perhatikan dengan baik saat guru menerangkan pelajaran. Kemudian catat mana materi yang dianggap penting. Biasanya guru memberi penekanan tertentu pada bagian yang penting dan harus dipahami betul. Misalnya dengan mengulang-ulang menerangkan materi-materi, menggarisbawahi atau memberi isyarat langsung bahwa materi tertentu harus dipahami.

3. Aktif selama belajar.

Pembelajaran itu bersifat dinamis. Ada saatnya guru menerangkan pelajaran dan ada pula waktunya untuk bertanya bagi siswa. Jangan malu-malu untuk bertanya kepada guru atau menjawab pertanyaan dari guru. Siswa yang mau bertanya dan menjawab pertanyaan akan menjadi perhatian guru dan ini bukan mustahil guru tersebut mau membimbing siswa secara individu.

4. Hindari melanggar aturan belajar.

Pada umumnya aturan belajar itu sama di suatu sekolah. Namun setiap guru mempunyai aturan-aturan khusus. Apa yang disukai guru selama

mengajar, begitu pula apa yang tidak disukai guru dan perlu dihindari.

Hampir semua guru tidak menginginkan siswa bolos belajar.

5. Menyukai semua guru dan mata pelajarannya.

Sebagai siswa tentu saja tidak layak membeda-bedakan mata pelajaran dan gurunya jika ingin meraih hasil belajar yang memuaskan.

Ketahuiilah, setiap guru mempunyai kekurangan dan kelebihan. Setiap mata pelajaran pun mempunyai tingkat kesukaran dan kemudahan tertentu.

Lampiran 14

FOTO KEGIATAN PERMAINAN



Foto 1. Pengarahan materi perma



Foto 2. Benteng-bentengan



Foto 3. Gobak sodor



Foto 4. Balap karung

