

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman Fatoni. (2011). *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Attia Mahmoud Hana. (2008). *Bimbingan Pendidikan dan Pekerjaan I*. Jakarta : Bulan Bintang.
- Agus Suntoyo. (2008). *Manajemen Sumber Daya Manusia* Jakarta : Balai Pustaka.
- Agoes Dario. (2004). *Jurnal Provitae. (Perencanaan dan Pemilihan Karir Sebagai Seorang Guru/Dosen Pada Dewasa Muda)*. Jakarta: Buku Obor
- Basori, Suwandi. (2008), *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Rinaka Cipta.
- Bimo Walgito. (2005). *Bimbingan dan Konseling (Study dan Karir)*. Terbitan: Andi.
- Cholid Narbuko, Abu Achmadi (2013). *Metodelogi Penelitian*, (Jakarta : Bumi Aksara.
- Daryanto dan Muhamad Farid. 2015. *Bimbingan Konseling*. Yogyakarta : Gava Media
- Defartemen Pendidikan Indonesia. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* jakarta: Balai Pustaka.
- Donald G Mortensen, Alan M. Schmuller. (2009). *Bimbingan dan Konseling Bandung: Ilustrasi*.
- Dewa Ketut Sukardi. (2000). *Bimbingan Karir di Sekolah - Sekolah* Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Endah. Dewi. Puspita. 2015. *Pengaruh Layanan Bimbingan Karir Terhadap Kemampuan Pengambilan Keputusan Karir Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Plosoklaten Tahun Ajaran 2014 / 2015*. Skripsi : Universitas Nusantara Kediri
- Eko Putro Widoyoko. (2014). *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fitrianthamy. Ayu. 2017. *Pengaruh Layanan Informasi Karir Dalam Pemilihan Jurusan Di Perguruan Tinggi Pada Peserta Didik Kelas XI Di Sekolah Menengah Atas Al-Azhar 3 Lampung Tahun Pelajaran 2015 / 2016*. Skripsi : IAIN Raden Intan Lampung
- Gani. Ruslan A. 2012. *Bimbingan Karir*. Bandung : Angkasa

- Gonia, M. Firdaus. *Pengembangan Multimedia Interaktif Untuk Asesmen Pembelajaran Pembiasaan Cahaya*. Skripsi Program Studi Pendidikan Ilmu Komputer FPMIPA UPI : Tidak Diterbitkan
- H.M. Arifin. (2009). *Pendoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama* Jakarta : Balai Pustaka.
- Hibana S Rahman. (2003). *Bimbingan dan Konseling Pola 17* Jakarta: UCY Press.
- Holland, J. (2000). *Making Vocational Choice: A Theory Of Vocational Personalities and Work Environments 3<sup>rd</sup> Edition*. Florida: Psychological Assessment Resources, inc.
- Joko Subagyo . (2004). *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek* Jakarta : Rineka Cipta.
- Juwitaningrum. Ita. *Program Bimbingan Karir untuk Meningkatkan Kematangan Karir Siswa SMK.*. Universitas Pendidikan Indonesia : PSIKOPEDAGOGIA Jumal Bimbingan dan Konseling . ISSN : 2301-6167
- Krumboltz Gerard A. Callanan. (1976). *Counseling Methots, United States Of America: Holt, Rainhart and Wiston.*
- Mark L. Savickas. (2012). *Life Design: A Paradigm For Career Intervention in The 21<sup>st</sup> Century Dalam Jornal Of Counseling And Development.*
- Munandir. (2006). *Program Bimbingan Karir Disekolah* jakarta : jalan pintu satu.
- Modul Tot. (2009). *Pelatihan Bagi Pelatih Sertifikasi Keahlian Dasar Jabatan Fungsional* Jakarta : Pusat Penyuluh Sosial RI.
- Mirawati. *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Dan Kekompakan Kelompok Dalam Memantapkan Perencanaan Karir Siswa SMA Budi Agung Medan*. Jurnal Kognisi. Volume 3 Nomor 1 Agustus 2018.
- M. Iqbal Hasan, M.M. (2002). *Metodelogi Penelitian dan Aplikasinya* Bogor: Ghalia Indonesia
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2011). *metode penelitian pendidikan*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Nikmah. Nafisatun. 2019. *Layanan Bimbingan Karir Untuk Pemantapan Keputusan Karir (Study Kasus Kelas X Siswa SMK N 1 Sumber Rebang)*. Skripsi : UIN Walisongo Semarang
- Prayitno, Erman Atmi (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Rohmah. Khanifatur. *Layanan Bimbingan Karir Untuk Meningkatkan Motivasi Melanjutkan Pendidikan Ke Perguruan Tinggi Pada Siswa SMA Negeri 1 Depok Sleman Yogyakarta*. Jurnal Hisbah, Volume 13, Nomor 1 Juni 2016.
- Robert L. (2010). *Bimbingan dan Konseling* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Syamsu, Afdal. dkk. *Bimbingan Karir Kolaboratif dalam Pemantapan Perencanaan Karir Siswa SMA*. Jurnal Konseling dan Pendidikan. Volume 2 Nomor 3, November 2014. ISSN : 2337-6740.
- Syamsu Yusuf. (2006). *Landasan Bimbingan dan Konseling* Bandung : PT Remaja Rosda Karya.
- Sunaryo Kartadinata. (2007). *Rujukan Filsafat, Teori, dan Praksis Ilmu Pendidikan*, UPI
- Sutirna. (2013). *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal dan Non Formal* Yogyakarta : Andi Offsed.
- Suharsimi Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka.
- Super Donald. (2013). *Psikologi Karir* Bogor : Galia Indonesia.
- Slameto. (1998). *Bimbingan di Sekolah* Jakarta : Bina Aksara.
- Samsul Munir Amin. (2010). *Bimbingan dan Konseling Islam* Jakarta : Amzah.
- Santrock John W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Suharman Agus. (2005). *Psikologi Kognitif* Surabaya : Srikandi.
- Vernon G. Zunker. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* Yogyakarta : Media Abadi.
- Winkel, Hastuti Sri. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi pendidikan*. Jakarta : Media Abadi.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Riwayat Hidup Penulis

Nama : Muhammad Fauzi Siregar  
NIM : 0303172144  
Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Tempat/Tanggal Lahir : asam jawa, 20 April 1999  
Agama : Islam  
Alamat : Dusun Asam Jawa, kec. Torgamba, Kab. Labuhan  
Batu Selatan, Provinsi Sumatera Utara  
Nama Ayah : Hayat Siregar  
Nama Ibu : Nur lela Pulungan

### Riwayat Pendidikan

1. SD : 114359 Asam Jawa
2. SMP : Pondok Pesantren Ahmadul Jariah Kota Pinang
3. SMA : Pondok Pesantren Ahmadul Jariah Kota Pinang
4. Diterima sebagai mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
5. Mengikuti Pengenalan Budaya Akademik dan Kemahasiswaan (PBAK)  
Tahun 2017

## Lampiran 2. RPL

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

#### BIMBINGAN KARIR

#### TAHUN PELAJARAN 2021 / 2022

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Jenis Layanan	Bimbingan Kelompok
C	Bidang Layanan	Karir
D	Topik / Tema Layanan	<b>Pemahaman Diri</b> Pemilihan topik pada layanan ini berdasarkan dari hasil pengisian angket yang dilakukan oleh peneliti kepada responden
E	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pemeliharaan
F	Tujuan Umum	Klien mampu mengendalikan diri dengan sebaik-baiknya
G	Tujuan Khusus	1. Pengembangan KES : agar klien dapat meningkatkan pemahaman diri siswa 2. Penanganan KES-T : untuk menghindari dan mencegah klien dari tekanan kegiatan belajar di sekolah
H	Sasaran Layanan	Kelas X SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I yang berjumlah 32 siswa
I	Materi Layanan	1. Pengertian pemahaman diri 2. Tujuan Pemahaman Diri 3. Aspek-Aspek Pemahaman Diri
J	Waktu	1 X 45 Menit
K	Sumber Materi	Internet
L	Metode/Teknik	Ceramah, diskusi dan tanya jawab
M	Alat / Media	Buku dan Jurnal
N	Pelaksanaan	

	<p>a. Tahap Awal (Pendahuluan)</p>	<p>Langkah-langkah pada tahap awal dalam bimbingan kelompok antara lain adalah sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih kepada klien yang sudah bersedia hadir di kegiatan bimbingan kelompok ini dengan senang hati</li> <li>2. Konselor mengajak klien untuk berdo'a menurut agama dan kepercayaannya masing-masing</li> <li>3. Konselor menjelaskan pengertian konseling kelompok, bimbingan kelompok merupakan suatu upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok</li> <li>4. Konselor menjelaskan tujuan konseling kelompok, tujuannya adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui bimbingan kelompok hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal.</li> <li>5. Konselor menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok,</li> <li>6. Konselor menjelaskan azas-azas yang terdapat didalam konseling kelompok antara lain adalah : <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Azas kerahasiaan : klien tidak boleh menceritakan semua permasalahan yang dibahas didalam bimbingan kelompok ini</li> </ol> </li> </ol>
--	------------------------------------	--

		<p>kepada siapa pun tanpa izin dari klien yang lain</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2) Azas kesukarelaan : klien diharapkan secara sukarela hadir untuk mengikuti kegiatan konseling bimbingan ini tanpa paksaan dari siapapun</li> <li>3) Azas kenormatifan : klien diharapkan dapat mengikuti atau mematuhi aturan atau norma yang berlaku didalam bimbingan kelompok ini</li> <li>4) Azas keterbukaan : klien diharapkan terbuka atas menceritakan seluruh permasalahan dirinya tanpa ada rasa sungkan</li> <li>5) Azas kegiatan : layanan konseling kelompok ini tidak akan berarti jika klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan.</li> </ol> <p>7. Konselor melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama</p>
	<p>b. Tahap Peralihan (Transisi)</p>	<p>Langkah-langkah yang dapat dilakukan pada tahap peralihan antara lain adalah sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok</li> <li>2. Konselor menanyakan kepada para klien apakah siap untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini ?</li> <li>3. Konselor mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap</li> </ol>

		<p>untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut</p> <p>4. Konselor memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.</p>
	<p>c. Tahap Kegiatan (Inti)</p>	<p>Langkah-langkah yang dapat dilakukan pada tahap kegiatan ini antara lain adalah sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan permasalahan yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok</li> <li>2. Mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan permasalahannya secara bergantian</li> <li>3. Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu</li> <li>4. Pembahasan masalah terpilih dan melakukan tanya jawab ataupun solusi yang berkaitan dengan permasalahan yang dibahas</li> <li>5. Selingan dapat berupa <i>games</i> agar anggota kelompok tidak merasa bosan untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini</li> <li>6. Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya)</li> </ol>



	<p>d. Tahap Pengakhiran (Terminasi)</p>	<p>Langkah-langkah yang dapat dilakukan pada tahap pengakhiran ini antara lain adalah sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan diakhiri</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing</li> <li>3. Pembahasan kegiatan lanjutan</li> <li>4. Pesan serta tanggapan anggota kelompok mengenai topik permasalahan yang sedang dibahas</li> <li>5. Ucapan terima kasih kepada anggota kelompok karena sudah bersedia hadir dan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini dengan senang hati</li> <li>6. Berdoa menurut agama dan keyakinannya masing-masing yang dipimpin langsung oleh konselor (pemimpin kelompok)</li> </ol>
O	Evaluasi	
	<p>a. Evaluasi Proses</p>	<p>Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang telah terjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme</li> <li>2. konseli dalam mengikuti kegiatan</li> <li>3. Konselor membangun dinamika kelompok</li> <li>4. Konselor memberikan pada konseli dalam membuat langkah yang akan dilakukan</li> </ol>

	b. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti bimbingan kelompok antara lain adalah :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman klien dalam bimbingan kelompok</li> <li>2. Mengamati perubahan perilaku peserta setelah konseling kelompok</li> <li>3. Konseli mengisi instrumen penilaian dari konselor</li> </ol>
P	Refleksi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menanyakan kepada peserta didik mengenai apa yang dipikirkan setelah membahas topik tersebut. (B)</li> <li>2. Konselor menanyakan mengenai perasaan-perasaan siswa setelah membahas topik tersebut. (M)</li> <li>3. Konselor menanyakan bagaimana sikap peserta didik setelah membahas topik tersebut. (B)</li> <li>4. Konselor menanyakan tindakan yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi pengendalian diri (B)</li> <li>5. Konselor menanyakan komitmen peserta didik setelah membahas materi pengendalian diri (B)</li> </ol>
Q	Tindak Lanjut	Melakukan tindak lanjut bagi peserta didik yang memerlukan bimbingan lanjutan secara individual
R	Penutup	Konselor menyampaikan ucapan terima kasih atas berlangsungnya kegiatan bimbingan kelompok dengan baik dan lancar. Dan di akhiri dengan do'a serta salam perpisahan kepada klien

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

### 1. Uraian materi

Medan, 21 Januari 2022

Mengetahui,

Guru BK

Peneliti

**Fahri Husaini Hasibuan, S.Pd**  
NIP. -

**Muhammad Fauzi Siregar**  
NIM. 33.17.21.44



**Uraian Materi :**

### **PEMAHAMAN DIRI**

#### **A. Pengertian Pemahaman Diri**

Menurut Santrock, Pemahaman diri adalah gambaran kognitif remaja mengenai dirinya, dasar, dan isi dari konsep diri remaja.

Menurut Hartono pemahaman diri siswa SMA adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi dirinya yang mencakup ranah minat, abilitas, kepribadian, nilai dan sikap yang mana pengenalan siswa atas pribadinya sendiri mencakup dua sisi yaitu pengenalan siswa atas keunggulannya dan pengenalan siswa atas kekurangannya sendiri. Kekuatan merupakan seperangkat kemampuan yang dimiliki siswa baik yang bersifat potensial maupun aktual. Kekuatan siswa menggambarkan keunggulan, kehebatan pribadi siswa, sedang kekurangan siswa adalah sejumlah keterbatasan yang dimiliki siswa. Kekurangan siswa menggambarkan ketidak mampuan siswa yang menjadi hambatan siswa dalam meraih cita-cita.

## **B. Tujuan Pemahaman Diri**

Tujuan pemahaman diri bagi siswa adalah:

- a. Mampu mengeksplorasi potensi diri mereka yang mencakup: minat, abilitas, dan cita-cita sehingga individu dapat merencanakan karier yang sesuai dengan potensi diri.
- b. Siswa bisa mempersiapkan diri dengan baik dalam memasuki dunia kerja. Dengan persiapan yang matang individu dapat mencapai kesuksesan dalam berkarir.
- c. Siswa mencapai kematangan dalam perkembangan karier
- d. Siswa mampu mengambil keputusan karier secara mandiri

## **C. Aspek-Aspek Pemahaman Diri**

Banyak aspek yang harus dipahami oleh seseorang, diantaranya :

### **a. Aspek Fisik**

Seluruh anggota badan individu termasuk bagian-bagiannya. Artinya individu harus mengenali dan memahami kondisi jasmaniahnya dengan segala potensinya. Apakah kondisi jasmani semua sehat ? Apakah kondisi jasmaniahnya normal dan sebagainya. Hal ini penting agar individu mampu

mengambil keputusan dengan tepat dan mampu menyikapi hidup ini dengan benar.

b. Aspek Psikis

Adalah yang berhubungan dengan kondisi kejiwaan individu. Bagaimana kecerdasannya, bagaimana emosinya. Sehingga individu mampu menyikapi pilihan-pilihan karir dan masa depan juga mampu menempatkan dirinya dalam berhubungan dengan orang lain

c. Aspek Minat

Minat adalah rasa tertarik yang kuat terhadap obyek tertentu. Hal ini penting untuk dipahami individu, karena dengan adanya minat yang kuat terhadap obyek pilihan maka prestasi, keberhasilan yang diharapkan mudah tercapai demikian juga sebaliknya. Oleh karena itu perlu penanaman minat terhadap diri individu terhadap berbagai obyek positif, sehingga timbul rasa menyenangkan dengan motivasi tinggi.

d. Aspek Bakat.

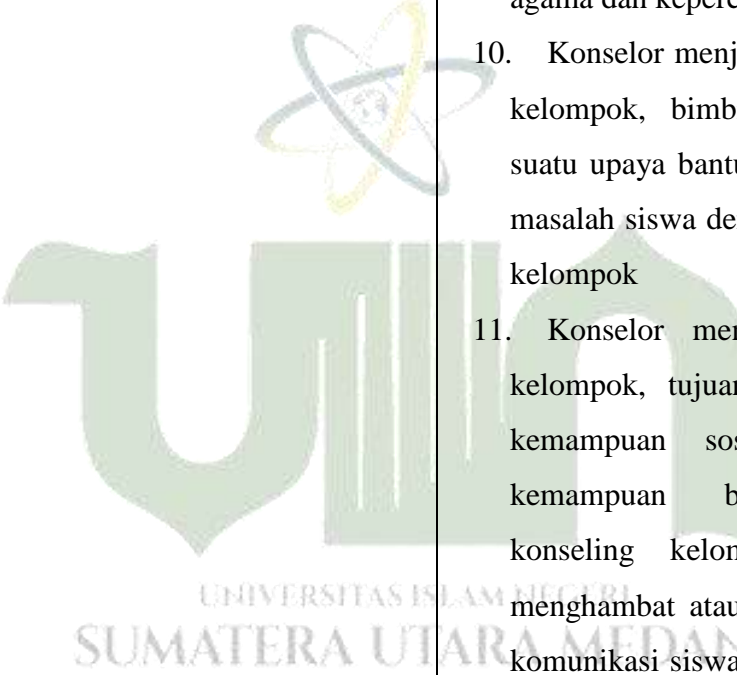
Bakat adalah kemampuan yang dibawa oleh seseorang sejak lahir dan bersifat menurun (genetik). Pentingnya individu memahami bakat ini adalah agar individu mampu mengembangkan dirinya secara optimal. Bakat akan cepat berkembang dengan baik apabila ditunjang dengan sarana dan prasarana. Oleh karena itu peran semua masyarakat untuk memberi wadah penyaluran bakat-bakat terpendam positif sehingga memunculkan putra-putri berbakan di tanah air kita.

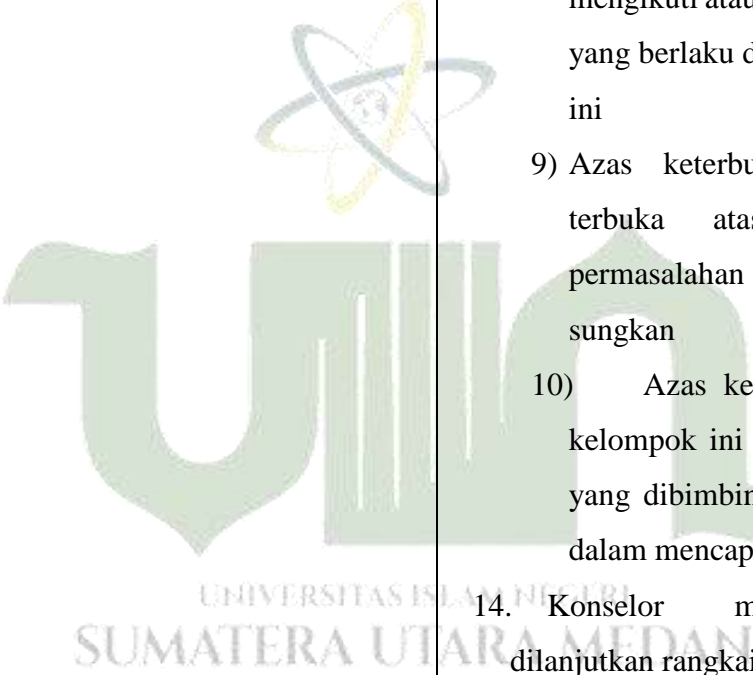
**SUMBER REFERENSI :**

<http://menzour.blogspot.com/2016/11/makalah-pemahaman-diri-bimbingan.html>

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)  
BIMBINGAN KELOMPOK  
TAHUN PELAJARAN 2020 / 2021**

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Jenis Layanan	Layanan Bimbingan Kelompok
C	Bidang Layanan	Karir
D	Topik / Tema Layanan	<b>Pengendalian Diri</b> Pemilihan topik pada layanan ini berdasarkan dari hasil pengisian angket yang dilakukan oleh peneliti kepada responden
E	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pemeliharaan
F	Tujuan Umum	Klien mampu mengendalikan diri dengan sebaik Baiknya
G	Tujuan Khusus	3. Pengembangan KES : agar klien dapat meningkatkan pengendalian diri siswa 4. Penanganan KES-T : untuk menghindari dan mencegah klien dari tekanan kegiatan belajar di sekolah
H	Sasaran Layanan	Kelas X SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I yang berjumlah 32 siswa
I	Materi Layanan	4. Pengertian pengendalian diri 5. Manfaat pengendalian diri 6. Contoh pengendalian diri
J	Waktu	1 X 45 Menit
K	Sumber Materi	Internet
L	Metode/Teknik	Ceramah, diskusi dan tanya jawab
M	Alat / Media	Buku dan Jurnal
N	Pelaksanaan	
	e. Tahap Awal (Pendahuluan)	Langkah-langkah pada tahap awal dalam bimbingan kelompok antara lain adalah sebagai berikut :

	 <p>UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>8. Konselor menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih kepada klien yang sudah bersedia hadir di kegiatan bimbingan kelompok ini dengan senang hati</li><li>9. Konselor mengajak klien untuk berdo'a menurut agama dan kepercayaannya masing-masing</li><li>10. Konselor menjelaskan pengertian bimbingan kelompok, bimbingan kelompok merupakan suatu upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok</li><li>11. Konselor menjelaskan tujuan bimbingan kelompok, tujuannya adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui konseling kelompok hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa berkembang secara optimal.</li><li>12. Konselor menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok,</li><li>13. Konselor menjelaskan azas-azas yang terdapat didalam bimbingan kelompok antara lain adalah :<ol style="list-style-type: none"><li>6) Azas kerahasiaan : klien tidak boleh menceritakan semua permasalahan yang dibahas didalam bimbingan kelompok ini kepada siapa pun tanpa izin dari klien yang lain</li></ol></li></ol>
--	--	---

		<p>7) Azas kesukarelaan : klien diharapkan secara sukarela hadir untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini tanpa paksaan dari siapapun</p> <p>8) Azas kenormatifan : klien diharapkan dapat mengikuti atau mematuhi aturan atau norma yang berlaku didalam bimbingan kelompok ini</p> <p>9) Azas keterbukaan : klien diharapkan terbuka atas menceritakan seluruh permasalahan dirinya tanpa ada rasa sungkan</p> <p>10) Azas kegiatan : layanan bimbingan kelompok ini tidak akan berarti jika klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan.</p> <p>14. Konselor melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama</p>
	<p>f. Tahap Peralihan (Transisi)</p>	<p>Langkah-langkah yang dapat dilakukan pada tahap peralihan antara lain adalah sebagai berikut :</p> <p>5. Konselor menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok</p> <p>6. Konselor menanyakan kepada para klien apakah siap untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok ini ?</p> <p>7. Konselor mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut</p> <p>8. Konselor memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.</p>



	<p>g. Tahap Kegiatan (Inti)</p>	<p>Langkah-langkah yang dapat dilakukan pada tahap kegiatan ini antara lain adalah sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. Menjelaskan permasalahan yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok</li> <li>8. Mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan permasalahannya secara bergantian</li> <li>9. Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu</li> <li>10. Pembahasan masalah terpilih dan melakukan tanya jawab ataupun solusi yang berkaitan dengan permasalahan yang dibahas</li> <li>11. Selingan dapat berupa <i>games</i> agar anggota kelompok tidak merasa bosan untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini</li> <li>12. Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas (apa yang akan dilakukan berkenaan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya)</li> </ol>
	<p>h. Tahap Pengakhiran (Terminasi)</p>	<p>Langkah-langkah yang dapat dilakukan pada tahap pengakhiran ini antara lain adalah sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan diakhiri</li> <li>2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing</li> <li>3. Pembahasan kegiatan lanjutan</li> <li>4. Pesan serta tanggapan anggota kelompok mengenai topik permasalahan yang sedang dibahas</li> </ol>

		<p>5. Ucapan terima kasih kepada anggota kelompok karena sudah bersedia hadir dan mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ini dengan senang hati</p> <p>6. Berdoa menurut agama dan keyakinannya masing-masing yang dipimpin langsung oleh konselor (pemimpin kelompok)</p>
O	Evaluasi	
	c. Evaluasi Proses	<p>Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang telah terjadi :</p> <p>5. Konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme</p> <p>6. konseli dalam mengikuti kegiatan</p> <p>7. Konselor membangun dinamika kelompok</p> <p>8. Konselor memberikan pada konseli dalam membuat langkah yang akan dilakukan</p>
	d. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti bimbingan kelompok antara lain adalah :</p> <p>4. Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman klien dalam bimbingan kelompok</p> <p>5. Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok</p> <p>6. Konseli mengisi instrumen penilaian dari konselor</p>
P	Refleksi	<p>6. Konselor menanyakan kepada peserta didik mengenai apa yang dipikirkan setelah membahas topik tersebut. (B)</p> <p>7. Konselor menanyakan mengenai perasaan-perasaan siswa setelah membahas topik tersebut. (M)</p>

		<p>8. Konselor menanyakan bagaimana sikap peserta didik setelah membahas topik tersebut. (B)</p> <p>9. Konselor menanyakan tindakan yang akan dilakukan setelah mendapatkan materi pengendalian diri (B)</p> <p>10. Konselor menanyakan komitmen peserta didik setelah membahas materi pengendalian diri (B)</p>
Q	Tindak Lanjut	Melakukan tindak lanjut bagi peserta didik yang memerlukan bimbingan lanjutan secara individual
R	Penutup	Konselor menyampaikan ucapan terima kasih atas berlangsungnya kegiatan bimbingan kelompok dengan baik dan lancar. Dan di akhiri dengan do'a serta salam perpisahan kepada klien

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**

2. Uraian materi

Medan, 23 Januari 2022

Mengetahui,

Guru BK

Peneliti

**Fahri Husaini Hasibuan, S.Pd**  
NIP. -

**Muhammad Fauzi Siregar**  
NIM. 33.17.21.44



**Uraian Materi :**

## **PENGENDALIAN DIRI**

### **A. Pengertian Pengendalian Diri**

Pengendalian diri atau penguasaan diri (*self regulation*) merupakan sikap, tindakan atau perilaku seseorang secara sadar baik direncanakan atau tidak untuk mematuhi nilai dan norma sosial yang berlaku di masyarakat.

### **B. Manfaat Pengendalian Diri**

Manfaat pengendalian diri antara lain adalah sebagai berikut :

- a) Mendapatkan ridho dan pahala dari Allah SWT sekaligus disayangi dan dihormati sesama manusia
- b) Memperkokoh iman dan mental, sebab bisa mengendalikan atau mengalahkan nafsu dan ego adalah kekuatan yang tak bisa dimiliki semua orang.
- c) Menjadikan diri lebih cermat dan bijaksana dalam mengambil keputusan

- d) Kita jadi mampu untuk meningkatkan kesabaran. Dengan kesabaran, dapat meningkatkan komunikasi positif dilingkungan masyarakat sehingga di peroleh suasana tenang
- e) Akan lebih dapat menimbangkan pencukupan kebutuhan hidup yang sesuai dengan kemampuan diri dan meningkatkan rasa syukur atas nikmat yang di berikan oleh Tuhan
- f) Dapat mengurangi rasa gelisah, cemas, iri dan tidak puas yang dapat terjadi pada semua tingkatan.

### **C. Contoh Pengendalian Diri**

#### **Dalam Keluarga**

- a) Hidup sederhana dan tidak suka pamer harta kekayaan dan kelebihannya
- b) Tidak mengganggu ketentraman anggota keluarga lain
- c) Tunduk dan taat terhadap aturan serta perintah orang tua.

#### **Dalam Masyarakat**

- a) Mencari sahabat sebanyak-banyaknya dan membenci permusuhan
- b) Saling menghormati dan menghargai orang lain
- c) Mengutamakan kepentingan bersama daripada kepentingan pribadi
- d) Mengikuti segala aturan yang berlaku dalam masyarakat.

#### **Dalam Lingkungan Sekolah**

- a) Patuh dan taat pada peraturan di sekolah
- b) Menghormati dan menghargai teman, guru, dan lain sebagainya

- c) Berani mengatakan tidak pada ajakan dan paksaan tawuran pelajar serta perbuatan tercela
- d) Hidup penuh kesederhanaan, tidak sombong dan gengsian.

**SUMBER REFERENSI :**

<https://brainly.co.id/tugas/12495404>

<https://www.bimbingankonseling.web.id/2020/03/kecerdasan-emosi-pengendalian-diri.html>

**Lampiran 3. Dokumentasi**



1. Dokumentasi penulis didepan gerbang sekolah SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I



2. Pembagian angket untuk mengetahui keadaan awal siswa (*pre test*)



3. Pemberian layanan bimbingan karir kepada siswa



4. Pembagian angket untuk mengetahui keadaan akhir siswa (*post test*)

NOMOR		NAMA		JABATAN		NOMOR		NAMA	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	Dr. H. H. H. H.	Rektor	1	1	1	1	1	1
2	2	Dr. H. H. H. H.	Wakil Rektor	2	2	2	2	2	2
3	3	Dr. H. H. H. H.	Dekan	3	3	3	3	3	3
4	4	Dr. H. H. H. H.	Dekan	4	4	4	4	4	4
5	5	Dr. H. H. H. H.	Dekan	5	5	5	5	5	5
6	6	Dr. H. H. H. H.	Dekan	6	6	6	6	6	6
7	7	Dr. H. H. H. H.	Dekan	7	7	7	7	7	7
8	8	Dr. H. H. H. H.	Dekan	8	8	8	8	8	8
9	9	Dr. H. H. H. H.	Dekan	9	9	9	9	9	9
10	10	Dr. H. H. H. H.	Dekan	10	10	10	10	10	10
11	11	Dr. H. H. H. H.	Dekan	11	11	11	11	11	11
12	12	Dr. H. H. H. H.	Dekan	12	12	12	12	12	12
13	13	Dr. H. H. H. H.	Dekan	13	13	13	13	13	13
14	14	Dr. H. H. H. H.	Dekan	14	14	14	14	14	14
15	15	Dr. H. H. H. H.	Dekan	15	15	15	15	15	15
16	16	Dr. H. H. H. H.	Dekan	16	16	16	16	16	16
17	17	Dr. H. H. H. H.	Dekan	17	17	17	17	17	17
18	18	Dr. H. H. H. H.	Dekan	18	18	18	18	18	18
19	19	Dr. H. H. H. H.	Dekan	19	19	19	19	19	19
20	20	Dr. H. H. H. H.	Dekan	20	20	20	20	20	20
21	21	Dr. H. H. H. H.	Dekan	21	21	21	21	21	21
22	22	Dr. H. H. H. H.	Dekan	22	22	22	22	22	22
23	23	Dr. H. H. H. H.	Dekan	23	23	23	23	23	23
24	24	Dr. H. H. H. H.	Dekan	24	24	24	24	24	24
25	25	Dr. H. H. H. H.	Dekan	25	25	25	25	25	25
26	26	Dr. H. H. H. H.	Dekan	26	26	26	26	26	26
27	27	Dr. H. H. H. H.	Dekan	27	27	27	27	27	27
28	28	Dr. H. H. H. H.	Dekan	28	28	28	28	28	28
29	29	Dr. H. H. H. H.	Dekan	29	29	29	29	29	29
30	30	Dr. H. H. H. H.	Dekan	30	30	30	30	30	30
31	31	Dr. H. H. H. H.	Dekan	31	31	31	31	31	31
32	32	Dr. H. H. H. H.	Dekan	32	32	32	32	32	32
33	33	Dr. H. H. H. H.	Dekan	33	33	33	33	33	33
34	34	Dr. H. H. H. H.	Dekan	34	34	34	34	34	34
35	35	Dr. H. H. H. H.	Dekan	35	35	35	35	35	35
36	36	Dr. H. H. H. H.	Dekan	36	36	36	36	36	36
37	37	Dr. H. H. H. H.	Dekan	37	37	37	37	37	37
38	38	Dr. H. H. H. H.	Dekan	38	38	38	38	38	38
39	39	Dr. H. H. H. H.	Dekan	39	39	39	39	39	39
40	40	Dr. H. H. H. H.	Dekan	40	40	40	40	40	40
41	41	Dr. H. H. H. H.	Dekan	41	41	41	41	41	41
42	42	Dr. H. H. H. H.	Dekan	42	42	42	42	42	42
43	43	Dr. H. H. H. H.	Dekan	43	43	43	43	43	43
44	44	Dr. H. H. H. H.	Dekan	44	44	44	44	44	44
45	45	Dr. H. H. H. H.	Dekan	45	45	45	45	45	45
46	46	Dr. H. H. H. H.	Dekan	46	46	46	46	46	46
47	47	Dr. H. H. H. H.	Dekan	47	47	47	47	47	47
48	48	Dr. H. H. H. H.	Dekan	48	48	48	48	48	48
49	49	Dr. H. H. H. H.	Dekan	49	49	49	49	49	49
50	50	Dr. H. H. H. H.	Dekan	50	50	50	50	50	50

5. Daftar tenaga kependidikan guru dan pegawai SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I





6. Visi, misi dan tujuan SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN**

NO	NAMA SISWA	JENJANG	KELAS	NOMOR URUT	NOMOR URUT	NO	NAMA SISWA	JENJANG INDUSTRIAL
1	ABDULLAH	SM	10	101	101	1	ABDULLAH	SM
2	ABDULLAH	SM	10	102	102	2	ABDULLAH	SM
3	ABDULLAH	SM	10	103	103	3	ABDULLAH	SM
4	ABDULLAH	SM	10	104	104	4	ABDULLAH	SM
5	ABDULLAH	SM	10	105	105	5	ABDULLAH	SM
6	ABDULLAH	SM	10	106	106	6	ABDULLAH	SM
7	ABDULLAH	SM	10	107	107	7	ABDULLAH	SM
8	ABDULLAH	SM	10	108	108	8	ABDULLAH	SM
9	ABDULLAH	SM	10	109	109	9	ABDULLAH	SM
10	ABDULLAH	SM	10	110	110	10	ABDULLAH	SM
11	ABDULLAH	SM	10	111	111	11	ABDULLAH	SM
12	ABDULLAH	SM	10	112	112	12	ABDULLAH	SM
13	ABDULLAH	SM	10	113	113	13	ABDULLAH	SM
14	ABDULLAH	SM	10	114	114	14	ABDULLAH	SM
15	ABDULLAH	SM	10	115	115	15	ABDULLAH	SM
16	ABDULLAH	SM	10	116	116	16	ABDULLAH	SM
17	ABDULLAH	SM	10	117	117	17	ABDULLAH	SM
18	ABDULLAH	SM	10	118	118	18	ABDULLAH	SM
19	ABDULLAH	SM	10	119	119	19	ABDULLAH	SM
20	ABDULLAH	SM	10	120	120	20	ABDULLAH	SM
21	ABDULLAH	SM	10	121	121	21	ABDULLAH	SM
22	ABDULLAH	SM	10	122	122	22	ABDULLAH	SM
23	ABDULLAH	SM	10	123	123	23	ABDULLAH	SM
24	ABDULLAH	SM	10	124	124	24	ABDULLAH	SM
25	ABDULLAH	SM	10	125	125	25	ABDULLAH	SM

7. Jumlah siswa di SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I



8. Laboratorium komputer di SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I



9. Ruang mengetik di SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I





10. Kantor guru SMK Swasta Teladan Sumatera Utara I



11. Peneliti melaksanakan observasi dengan guru BK di ruangan BK