

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK
MENINGKATKAN PENGELOLAAN DIRI DENGAN
MENGUNAKAN PENDEKATAN BEHAVIOR PADA
SISWA KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH
05 MEDAN TAHUN AJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi
Syarat Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Program Bimbingan dan Konseling*

Oleh:

IRMA DWI ARIANI
NPM. 1602080057



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2020**



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
JL. Kapten Mochtar Bashri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6619056
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Rabu, Tanggal 21 Oktober 2020, pada pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa:

Nama : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

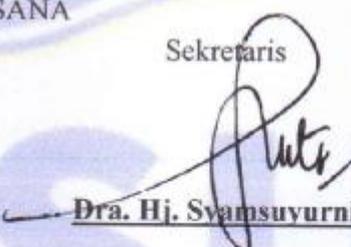
Ditetapkan : (**A**) Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua


Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd

Sekretaris


Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd

ANGGOTAPENGUJI:

1. Dr. Hj. Sulhati Syam, M.A
2. Drs. Zaharuddin Nur, M.M
3. Sri Ngayomi Yudha W, S.Psi, M.Psi


1
3



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang diajukan oleh mahasiswa/i di bawah ini:

Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
N.P.M : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Sudah layak disidangkan

Medan, September 2020
Pembimbing

Sri Ngayomi Y.W, S.Psi., M.Psi

Diketahui Oleh:

Dekan

Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd

Ketua Prodi

Dr. Jamila, M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prog.Studi : Bimbingan dan Konseling
Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
N.P.M : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf
28-08-2020	Perbaikem bab I Perbaikan bahan kerangka konseptual Tahap kegiatan	MA
31-08-2020	Perbaikan bab IV Perbaikan hasil penelitian	MA
02-09-2020	Dislusi hasil Penelitian Tahap kegiatan dalam layanan Evaluasi Dalam bab IV	MA
03-09-2020	Disetujui untuk diujikan pada sidang ujian skripsi prog. st.	MA

Medan, September 2020

Diketahui oleh:

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi Y.W, S.Psi., M.Psi

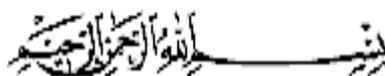
ABSTRAK

IRMA DWI ARIANI. NPM 1602080057. Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku siswa dalam meningkatkan pengelolaan diri agar lebih percaya diri dalam menilai positif dirinya dan dapat mengarahkan tingkah lakunya serta dapat menjalin hubungan sosial di lingkungannya dengan menggunakan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior. Penelitian ini merupakan tindakan layanan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan subjek kelas VIII di SMP Muhammadiyah 05 Medan dan objek penelitian sebanyak 4 orang siswa yang memiliki masalah pengelolaan diri. Dengan proses pengambilan data dilakukan selama empat minggu, dengan teknik pengumpulan data, observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan ialah mereduksi data, memaparkan data dan menarik kesimpulan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan: Pelaksanaan layanan konseling individual dengan pendekatan behavior untuk meningkatkan pengelolaan diri dapat dilihat dari hasil observasi dan wawancara. Dan hal ini dapat dilihat dari perubahan pada perilaku siswa yang sudah dapat meningkatkan percaya diri, mengontrol sikapnya dan masih ada siswa yang masih kurang intensif dalam menjalin hubungan sosial dengan lingkungannya. Adapun tingkat keberhasilan dari hasil penelitian ini berkisar sebesar 92%.

Kata Kunci :Layanan Konseling Individual, Pendekatan Behavior, Pengelolaan diri

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada kehadiran Allah SWT Tuhan Semesta Alam atas segala nikmat kesehatan, nikmat rezeki dan kelapangan waktu yang telah diberikanNya kepada penulis sehingga terselesaikannya skripsi ini yang berjudul **“Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020”**. Shalawat dan salam senantiasa penulis hanturkan atas junjungan Nabi Muhammad SAW semoga kelak kita memperoleh syafaatnya diyaumul akhir.

Skripsi ini merupakan salah satu tugas akhir sebagai satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan dan untuk memperoleh gelar sarjana (S1) Bimbingan dan Konseling Pada Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang teristimewa kepada **Arbani** dan **Dessi Arisandi** yang selama ini memberikan cinta dan kasih sayang yang tiada ternilai, memberikan doa, semangat serta dukungan baik moral maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa segala upaya yang penulis lakukan dalam menyusun skripsi ini tidak akan telaksana dengan baik tanpa ada bantuan dan

bimbingan serta dorongan dari pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Agussani, M.AP., Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu Dra. Jamila, M.Pd. Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara sekaligus dosen pembimbing penulis
4. Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.M. Selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
5. Ibu Sri Ngayomi YW, S.Psi, M.Psi., Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan kesabarannya dalam meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Dan Ibu Dosen Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Yang Telah Memberikan Saran, Bimbingan, Bantuan dan Ilmu Pengetahuan Selama Penulis Mengikuti Perkuliahan.
7. Seluruh Staf Biro Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan.
8. Kepada Bapak Drs. Luqman Kepala Sekolah dan Wakil Kepala Sekolah dan Ibu Dra. Jamilah, AR dan Ibu Siti Rahmah Sri Wardani, S.Pd , serta guru-guru dan staf di SMP Muhammadiyah 05 Medan

9. Adik tersayang Naila Putri yang selalu ikut serta mendoakan dan memberikan dukungan kepada penulis
10. Teristimewa Indra Lesmana, S.ST yang telah memberikan motivasi kepada penulis
11. Teruntuk Sahabat saya tim acakadul trulala trilili yang selalu saling memotivasi, Mayang Murni Dayani, Ridha Maulida Effendi, Sri Ningsih, Septian Gusti Imanda dan Muhammad Yusuf.
12. Semua teman-teman stambuk 2016 di bimbingan dan konseling yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terimakasih buat doa dan dukungan, motivasi dan kenangannya selama ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh sebab itu kritik dan saran pembaca sangat penulis harapkan. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Penulis

Irma Dwi Ariani
1602080057

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Kerangka Teoriti.....	9
1. Pengelolaan Diri.....	9
1.1 Pengertian Pengelolaan Diri.....	9
1.2 Aspek-Aspek Pengelolaan Diri.....	11
1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengelolaan Diri.....	12
1.4 Cara Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri.....	14
2. Layanan Konseling Individual.....	17

2.1	Pengertian Layanan Konseling Individual.....	17
2.2	Tujuan Dan Fungsi Layanan Konseling Individual.	18
2.3	Proses Pelaksanaan Konseling Individual.	19
2.4	Waktu Dan Tempat Pelaksanaan Konseling Individual.	20
2.5	Prosedur Pelaksanaan Konseling Individual.....	21
2.6	Teknik Konseling Individual.	23
3.	Pendekatan Behavioristik.	26
3.1	Pengertian Pendekatan Behavioristik.	26
3.2	Tujuan Konseling Behavioristik.....	27
3.3	Teknik-Teknik Konseling Behavioristik.	28
B.	Kerangka Konseptual.....	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		31
A.	Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	31
B.	Subjek dan Objek Penelitian.	32
C.	Jenis Penelitian	33
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	34
E.	Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV: PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN		39
A.	Deskripsi Lokasi Penelitian.....	39
B.	Deskripsi Hasil Penelitian	43
C.	Deskripsi Pembahasan Penelitian.....	45
D.	Diskusi Hasil Penelitian	60

E. Ketebatasan Penelitian	61
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	31
Tabel 3.2 Jumlah Subjek Siswa Kelas VIII	32
Tabel 3.3 Jumlah Objek Siswa Kelas VIII.....	33
Tabel 3.4 Tabel Wawancara Untuk Guru Bimbingan Konseling	34
Tabel 3.5 Tabel Wawancara untuk Guru Wali Kelas.....	35
Tabel 3.6 Tabel Wawancara untuk siswa	36
Tabel 3.7 Pedoman Observasi Siswa.....	36
Tabel 4.1 Jenis Sarana	40
Tabel 4.2 Jenis Prasarana	41
Tabel 4.3 Data Guru SMP Muhammadiyah 05 Medan	41
Tabel 4.4 Daftar Nama Guru.....	42
Tabael 4.5 Data Siswa	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	30
--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Riwayat Hidup
Lampiran 2	Lembar Observasi
Lampiran 3	Hasil Wawancara Guru Bimbingan Konseling
Lampiran 4	Hasil Wawancara Guru Wali Kelas
Lampiran 5	Hasil Wawancara Siswa
Lampiran 6	Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
Lampiran 7	Dokumentasi
Lampiran 8	Form K-1
Lampiran 9	Form K-2
Lampiran 10	Form K-3
Lampiran 11	Berita Acara Bimbingan Proposal
Lampiran 12	Lembar Pengesahan Seminar
Lampiran 13	Surat Keterangan Seminar
Lampiran 14	Permohonan Perubahan Judul Skripsi
Lampiran 15	Surat Pernyataan
Lampiran 16	Surat Riset
Lampiran 17	Surat Balasan Riset
Lampiran 18	Berita Acara Bimbingan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan sarana penting bagi peningkatan kualitas sumber daya manusia. Suatu Negara dan bangsa akan menjadi maju apabila rakyatnya memiliki pendidikan yang tinggi dan berkualitas. Tanpa sumber daya manusia yang berkualitas, suatu bangsa akan tertinggal dari bangsa lain dalam peraturan dan persaingan kehidupan global yang semakin kompetitif. Karena keberhasilan dunia pendidikan sebagai faktor penentu tercapainya tujuan pembangunan nasional di bidang pendidikan yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa. Hal tersebut di perlukan sebagai bekal dalam rangka menyongsong di era globalisasi yang penuh persaingan.

Sebagaimana telah diatur Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional yaitu Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan keterampilan yang diperlukan masyarakat bangsa dan negara.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang sangat penting perannya dalam pembentukan sikap dan pengembangan potensi siswa. Dalam hal ini maka siswa harus berproses dalam pembentukan sikap dan tingkah lakunya dan usaha mendewasakan diri melalui upaya pembelajaran, dapat menguasai

keterampilan-keterampilan sosial dan kemampuan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitarnya.

Tugas utama siswa di sekolah adalah belajar, dengan belajar siswa akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Untuk dapat belajar dengan baik seorang siswa harus memiliki kemampuan pengelolaan diri yang baik. Setiap siswa harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dengan belajar. Pengelolaan diri dalam belajar adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan dimana individu mengarahkan perubahan tingkah lakunya sendiri dengan belajar dengan manipulasi stimulus dengan respon baik internal maupun eksternal. Dengan kata lain pengelolaan diri dalam belajar merupakan kemampuan individu dalam mengelola potensi diri dan potensi lingkungan untuk mengatur perilakunya dalam belajar.

Dalam proses belajar masih ada permasalahan yang dialami peserta didik. Permasalahan yang dialami oleh peserta didik sering kali tidak dapat dihindari meski dengan pengajaran yang baik. Masih didapatkan peserta didik absen dalam mengikuti pelajaran dengan berbagai alasan, baik karena sibuk dengan organisasi-organisasi yang sedang diikuti maupun karena berbagai kesibukan lain yang menyangkut pribadi mereka. Terkadang dijumpai peserta didik sering menunda mengerjakan tugas-tugas belajar yang berujung pada kelalaian sehingga tidak mengumpulkan tugas. Masih ada dijumpai peserta didik yang tidak bias mengatur waktunya dalam hal mengerjakan tugas-tugas belajar terlebih jika disibukkan

dengan kegiatan lain. Hal tersebut dapat disebabkan oleh rendahnya kemampuan peserta didik dalam mengelola diri.

Adanya Kemampuan mengelola diri merupakan hal yang harus dimiliki setiap individu, terutama peserta didik. Karena peserta didik sebagai generasi penerus bangsa harus memiliki kemampuan mengelola diri yang baik. Mengelola diri sebagai pengendalian diri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan, sehingga mendorong pada penghindaran diri terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan perbuatan yang baik dan benar.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di sekolah SMP Muhammadiyah 05 Medan yang beralamat di Gg. Aman No. 38, RT.02, Tegal Sari Mandala III, Kec. Medan Denai, masih banyak siswa yang menilai negatif terhadap dirinya sendiri dan tidak percaya diri. Hal tersebut dapat dilihat dari siswa yang bersikap kurang percaya akan kemampuan yang dimilikinya. Bahkan ada beberapa siswa tidak bisa mengarahkan tingkah lakunya dari perilaku yang merugikan dirinya sendiri dan lingkungan sekitar sehingga berpengaruh terhadap respon yang diberikan oleh orang-orang yang berada dilingkungan sekitar. Dan ada pula siswa yang masih kurang intensif untuk menjalin hubungan sosial di lingkungannya sehingga ia cenderung pendiam dan tidak mempunyai teman. Serta terdapat siswa yang bertingkah laku agresif dan pemaarah karena siswa belum mampu mengontrol emosi yang meluapkan dalam hatinya yang juga mengakibatkan orang-orang yang berada dilingkungan sekitarnya khususnya teman-teman disekolah tidak ingin berteman dengannya.

Untuk mencapai tujuan dapat diatasi dengan salah satu jenis layanan yaitu layanan konseling individual. Konseling individual yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan pembimbing dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang di hadapi klien.

Adapun yang menjadi tujuan dilakukannya konseling individual adalah membantu peserta didik menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta untuk mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri agar mampu meningkatkan pengelolaan dirinya lebih baik. Kemudian membantu dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungannya, agar peserta didik bisa mengarahkan tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya. Selanjutnya agar layanan konseling individu ini berjalan dengan efektif dan mencapai tujuan yang maksimal dalam mengentaskan masalah tersebut maka dapat digunakan yaitu pendekatan behavior. Dimana pendekatan behavior adalah termasuk salah satu dari beberapa pendekatan-pendekatan bimbingan dan konseling.

Konseling Behavior adalah berasumsi bahwa tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru, dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik dan buruk, tepat dan salah. Adapun tujuan utama dari *Pendekatan Behavior* untuk membantu individu dalam mengubah perilaku yang menyimpang agar lebih baik dan untuk memperoleh perilaku yang diharapkan, menghilangkan perilaku yang maladaptive dan memperkuat serta

mempertahankan perilaku yang diinginkan dan belajar berperilaku yang lebih efektif untuk meningkatkan pengelolaan diri yang baik.

Berdasarkan uraian di atas, maka salah satu cara yang digunakan peneliti dalam membantu untuk meningkatkan pengelolaan diri peserta didik ialah dengan menggunakan konseling individual dan pendekatan behavior karena sesuai bila diberikan pada peserta didik yang mengalami perilaku mereka disekolah.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka adapun judul skripsi ini yaitu: **“Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII Smp Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang bersikap kurang percaya diri dan menilai negatif terhadap dirinya.
2. Terdapat siswa yang masih kurang intensif dan merasa malu untuk menjalin hubungan sosial di lingkungannya.
3. Adanya siswa yang berperilaku agresif dan pemaarah karena siswa belum mampu mengontrol emosinya.
4. Kurangnya layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa.

C. Batasan Masalah

Melihat luas dan kompleksnya permasalahan yang ada serta terbatasnya yang dimiliki peneliti baik dari segi kemampuan dan waktu karena masalah yang sangat luas untuk dikaji, maka peneliti perlu membatasi permasalahan mengenai.

“Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Kepada Siswa Untuk Mengurangi Penilaian Negatif Terhadap Dirinya Sendiri Agar Mampu Meningkatkan Pengelolaan Dirinya Lebih Baik Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

“Bagaimana Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020?”

E. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah disebutkan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah :

“Untuk mengetahui Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020”

F. Manfaat Penelitian

Berikut ini adalah manfaat secara teoritis maupun praktis dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan fikiran pemikiran ilmiah dan menambah ilmu pengetahuan baru bagi penulis.
- b) Hasil penelitian ini juga dapat memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya serta pengembangan ilmu bimbingan dan konseling khususnya.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Sekolah

Memberikan sumbangan pemikiran, informasi, dan evaluasi bagi guru BK di sekolah dalam rangka pengembangan layanan bimbingan dan konseling

khususnya layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri.

b) Bagi Siswa

Melalui penelitian ini diharapkan peserta didik dapat mempunyai sikap tanggung jawab dan mempunyai perilaku yang baik dan bermanfaat untuk kehidupan di masa depan.

c) Bagi Guru BK

Memperoleh gambaran secara umum mengenai hubungan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa sehingga dapat dilakukan usaha-usaha bantuan yang efektif untuk mencapai tujuan.

d) Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti lain semoga bermanfaat untuk memperoleh pengalaman dalam hal mengadakan riset serta menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya mengenai Penerapan layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri dengan menggunakan pendekatan behavior.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kerangka Teoritis

1. Pengelolaan Diri

1.1 Pengertian Pengelolaan Diri

Pengelolaan diri adalah pandangan kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengelola dirinya sendiri (secara fisik, emosi, pikiran, jiwa, dan spiritual) sehingga ia mampu mengarahkan dan menata tingkah lakunya sendiri. Serta bagaimana perilakunya tersebut berpengaruh kepada orang lain. Di sini pengelolaan diri yang dimaksud adalah bahwa pada dasarnya merupakan pengenalan diri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan, sehingga mendorong pada penghindaran diri terhadap hal-hal yang tidak baik.

Menurut Zimmerman (Gufron & Risnawati, 2012:57) Pengelolaan diri atau *self regulation* merupakan aspek penting dalam menentukan perilaku seseorang. Pengelolaan diri atau *self regulation* adalah upaya individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif. Pengelolaan diri bukan kemampuan mental atau kemampuan akademik, melainkan bagaimana individu mengelola dan mengubah pada suatu bentuk aktivitas.

Konsep tentang pengelolaan diri ini menyatakan bahwa individu tidak dapat secara efektif beradaptasi terhadap lingkungannya selama mampu membuat kemampuan kontrol pada proses psikologi dan perilakunya.

Menurut Zimmerman (Gufron & Risnawati 2012) berpendapat bahwa pengelolaan diri berkaitan dengan membangkitkan diri baik pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Dengan kata lain, pengelolaan diri berhubungan dengan metakognitif, motivasi, dan perilaku yang berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan personal.

Pengelolaan diri atau *self regulation* merupakan proses yang berputar. Gambarannya proses dengan tiga tahap. Pertama, *forethought phase* (pemikiran sebelumnya), yaitu perormansi aktual yang mendahului dan berkenaan dengan proses pengumpulan langkah untuk suatu tindakan. Kedua, *performance (volitional) control phase*, yaitu mencakup proses yang terjadi sebelum belajar yang mempengaruhi perhatian dan perilaku. Ketiga, selama *self-reflection phase* terjadi setelah performation individu merespon pada usahanya. Pengertian pengelolaan diri memfokuskan perhatian pada mengapa dan bagaimana individu berinisiatif dan mengontrol terhadap segala perilaku mereka sendiri.

Menurut Suryani (2004) berpendapat bahwa pengelolaan diri atau *self regulation* bukan merupakan kemampuan mental seperti intelegensi atau keterampilan akademik seperti keterampilan membaca, melainkan proses pengarahan atau penginstruksian diri individu untuk mengubah kemampuan mental yang dimilikinya menjadi keterampilan dalam suatu bentuk aktivitas.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat dipahami bahwa pengelolaan diri atau *self regulation* adalah upaya individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan megikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan

perilaku aktif. Pengelolaan diri atau *self regulation* bukan merupakan kemampuan mental atau kemampuan akademik, melainkan bagaimana individu mengolah dan mengubah pada suatu bentuk aktivitas.

1.2 Aspek-Aspek Pengelolaan Diri

Menurut Zimmerman (Gufon & Risnawati, 2012:59) ada tiga aspek yang diaplikasikan dalam aspek-aspek pengelolaan diri yaitu :

a. Metakognitif

Metakognitif bagi individu yang melakukan pengelolaan diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar.

b. Motivasi

Motivasi ini adalah individu memiliki motivasi instrinsik, otonomi dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu. Motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu.

c. Perilaku

Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada Perilaku ini bahwa individu memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan.

Ketiga aspek di atas bila digunakan individu secara tepat sesuai kebutuhan dan kondisi akan menunjang kemampuan pengelolaan diri yang optimal.

Berdasarkan uraian diatas dapat dipahami peneliti bahwa aspek atau komponen yang termasuk dalam pengelolaan diri atau *self regulation* terdiri dari metakognisi, yaitu bagaimana individu mengorganisasi, merencanakan, dan mengukur diri dalam beraktivitas. Motivasi mencakup strategi yang digunakan untuk menjaga diri atas rasa kecil hati. Berkaitan dengan perilaku adalah bagaimana individu menyeleksi, menyusun, dan memanfaatkan lingkungan fisik maupun sosial dalam mendukung aktivitasnya.

1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengelolaan Diri

Menurut Zimmerman (Gufron & Risnawati, 2012:61) ada tiga factor yang mempengaruhi pengelolaan diri. Berikut ini adalah ketiga factor tersebut yaitu:

a. Individu (Diri)

Faktor individu ini meliputi hal-hal di bawah ini.

- 1) Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu akan semakin membantu individu dalam melakukan pengelolaan.
- 2) Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan pengelolaan diri dalam diri individu.
- 3) Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan pengelolaan diri.

b. Perilaku

Perilaku mengacu kepada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasikan suatu aktivitas akan meningkatkan pengelolaan diri atau regulation pada diri individu. Bandura menyatakan dalam perilaku ini, ada tiga tahap yang berkaitan dengan pengelolaan diri atau *self regulation*, diantaranya:

1) *Self observation*

Self observation berkaitan dengan respons individu, yaitu tahap individu melihat ke dalam dirinya dan perilaku (performansinya).

2) *Self judgment*

Self judgement merupakan tahap individu membandingkan performansinya dan standard yang telah dilakukannya dengan standard atau tujuan yang sudah dibuat dan ditetapkan individu. melalui upaya membandingkan performansinya dengan standard atau tujuan yang telah dibuat dan ditetapkan, individu dapat melakukan evaluasi atas performansi yang telah dilakukan dengan mengetahui letak kelemahan atau kekurangan performansinya.

3) *Self reaction*

Self reaction merupakan tahap yang mencakup proses individu dalam menyesuaikan diri dan rencana untuk mencapai tujuan atau standar yang telah dibuat dan ditetapkan.

c. Lingkungan

Teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh social dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung pada bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah dijelaskan sebelumnya dapat dipahami peneliti bahwa yang mempengaruhi pengelolaan diri atau self regulation adalah personal, perilaku, dan lingkungan. Ketiga hal tersebut saling berkaitan satu dengan yang lain.

1.4. Cara Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri

Menurut Sutarto Wijono (2010: 213- 215), untuk Meningkatkan Diri dengan langkah-langkah berikut:

1. Pengenalan Diri

Usaha paling awal adalah mengenal diri sendiri tentang kekuatan dan sekaligus kelemahannya yang dirasakan sebagai suatu yang tersembunyi (laten). Individu yang dapat mengenal kekuatannya secara tepat seperti emosi positif yang dimilikinya, yaitu bangga, bahagia, harapan, ciri-ciri pribadi seperti asertif, kreatif, inovatif, kritis, pantang menyerah, dan mempunyai kamauan yang keras dan bercita-cita tinggi akan dapat membawa pengaruh signifikan terhadap tujuan dan perannya dalam mengelola konflik intraindividual. Sebaliknya, kelemahan-kelemahan itu dapat meliputi emosi yang negative (kemarahan, takut, cemas, iri, curiga, sedih, dendam), sosial-psikologis, dan lain-lain yang dirasakan sebagai penghambat atau merintanginya untuk mencapai tujuan.

Namun, jika setiap kelemahan itu dipahami dan diusahakan untuk dikelola dan diperbaiki, maka individu akan dapat mencapai tujuan dan memainkan perannya untuk mengubah kelemahan-kelemahannya itu menjadi kekuatan yang dapat mengatasi konflik intraindividualnya.

2. Meningkatkan Kekuatan

Ketika individu mulai merasakan adanya konflik tersembunyi, sebaiknya perlu meningkatkan kekuatan. Salah satu kekuatan yang dapat dikembangkan adalah rasa percaya diri. Untuk dapat meningkatkan rasa percaya diri, maka individu perlu melihat berbagai keberhasilan yang telah dilakukannya dalam mencapai tujuan yang diharapkannya. Sebaliknya, untuk memainkan peranan menghadapi ambigiusnya, individu memerlukan rasa percaya diri bahwa ia dapat mencapainya. Rasa percaya diri perlu ditingkatkan ketika individu merasa bahwa dirinya banyak memiliki kelemahan. Untuk mengatasi situasi seperti itu, individu perlu melakukan strategi bahwa dengan mengenali kekuatan-kekuatannya lebih banyak daripada kelemahannya, maka individu dapat diharapkan mengembangkan kekuatan yang ada dalam dirinya tersebut secara lebih produktif, maka individu akan mempunyai rasa percaya diri untuk dapat mencapai tujuan dan peran yang dimainkan sehingga konflik intraindividual akan menjadi semakin berkurang.

3. Memilih Berbagai Alternatif

Dalam menghadapi konflik intraindividual, individu perlu mempunyai berbagai alternatif untuk dapat mengatasinya. Untuk mengatasi konflik peran dan ambigius diperlukan paling tidak empat cara, yaitu mempunyai kesadaran akan terjadinya konflik peran, menerima kondisi dan situasi jika konflik yang dapat

membuat tekanan-tekanan dalam pekerjaan, memiliki kemampuan untuk mentolelir stress, dan memperkuat sikap/sifat pribadi lebih tahan dalam menghadapi konflik yang muncul.

Menurut Prijosaksono, Aribowo dan Marlan Mardianto dalam buku self management terdapat dua belas yang bisa ditempuh agar mempunyai manajemen diri yang baik:

a. Mengenal dan Menemukan Potensi Diri

Supaya individu dapat mengenali dan menemukan potensi dimiliki, maka:

- 1) Mengubah sikap,
- 2) Memperbaiki pencitraan diri,
- 3) Terus bekerja dan berkarya.

b. Terus bertumbuh dan berkembang

- 1) Peliharalah kesehatanfisiks,
- 2) Tingkatkan dayapikiran,
- 3) Kembangkanlah kehidupan spiritual,
- 4) Lakukan saja sekarang,
- 5) Tetaplah belajar.

c. Membangun jaringan kehidupan

- 1) Kembangkan jaringananda,
- 2) Membangun dan memelihara hubungan,
- 3) Membangun sesama,
- 4) Membangun kelompok tumbuh bersama.

2. Layanan Konseling Individual

Bimbingan Konseling Merupakan bagian integral dari sistem pendidikan di sekolah dalam upaya membantu peserta didik agar mencapai perkembangan yang optimal, sesuai dengan potensinya. Secara khusus layanan BK diarahkan untuk membantu peserta didik agar berkembang menjadi pribadi yang mandiri, bertanggung jawab, kreatif, produktif dan berperilaku jujur. Setiap individu memiliki sifat dan keadaan yang unik. Diantara mereka ada yang nyaman menceritakan hal pribadi dalam suatu kelompok dan ada pula yang merasa segan. Individu yang merasa malu membutuhkan layanan secara individual.

2.1 Pengertian Layanan Konseling Individual

Sulistyarini & Jauhar (2014:226) menjelaskan bahwa :

“Layanan konseling perorangan atau individual adalah salah satu pemberian bantuan secara perorangan dan secara langsung. Layanan konseling individual merupakan layanan yang diselenggarakan oleh seorang guru bimbingan dan konseling (konselor) terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli. Dalam cara ini pemberian bantuan ini dilakukan secara face to face relationship (hubungan tatap muka atau hubungan empat mata) antara konselor dengan individu yang terjadi ketika seorang konselor bertemu secara pribadi dengan klien untuk tujuan konseling. Ini adalah interaksi antara konselor dan konseli dimana banyak yang berfikir bahwa ini adalah esensi dari pekerjaan konselor”

Menurut Willis & Sofyan (2013:159) Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dengan klien dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan klien.

Dengan kata lain tujuan konseling tidak lain adalah tujuan klien itu sendiri. Dalam penjelasan tersebut peneliti dapat memahami bahwa layanan konseling individual yang diberikan kepada peserta didik yang dibutuhkan untuk saat ini dan dapat memahami dirinya sendiri dan untuk mencapai perkembangannya yang optimal, mandiri serta dapat merencanakan masa depan yang lebih baik untuk mencapai kesejahteraan.

2.2 Tujuan Dan Fungsi Layanan Konseling Individual

a. Tujuan Layanan Konseling Individual

Tujuan layanan konseling individual adalah terentaskannya masalah yang dialami konseli. Apabila masalah konseli itu dicirikan sebagai berikut: (a). sesuatu yang tidak disukai adanya, (b) suatu yang ingin dihilangkan dan (c) sesuatu yang dapat menghambat atau menimbulkan kerugian, maka upaya pengentasan masalah konseli melalui konseling individual akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud atau meniadakan keberadaan sesuatu yang dimaksud, dan mengurangi intensitas hambatan atau kerugian yang ditimbulkan oleh suatu yang dimaksud itu. Dengan layanan konseling individual beban konseli diringankan, kemampuan konseli ditingkatkan, potensi konseli dikembangkan.

b. Fungsi Layanan Konseling Individual

Fungsi utama layanan konseling individual yang sangat dominan adalah fungsi pengentasan. Namun secara menyeluruh konseling individual meliputi juga fungsi-fungsi lainnya: (a) Pemahaman, (b) Pengembangan/Pemeliharaan, (c) Pencegahan dan (d) Advokasi.

Peneliti menyimpulkan bahwa tujuan dan fungsi layanan konseling individual agar peserta didik dapat mengembangkan potensi yang dimiliki dan dapat menjadi individu yang mandiri. Sehingga kedepannya peserta didik mampu memecahkan masalahnya.

2.3 Proses Pelaksanaan Konseling Individual

Dalam keseluruhan proses layanan konseling individu, konselor harus menyadari posisi dan peran yang sedang dilakukannya. Secara menyeluruh, proses konseling individual dari kegiatan paling awal sampai kegiatan akhir, tentang dalam lima tahap, yaitu:

a. Tahap Pengantaran

Proses pengantaran adalah mengantarkan klien memasuki kegiatan konseling dengan segenap pengertian, tujuan, dan prinsip dasar yang menyertainya.

b. Tahap Penjajakan

Proses penjajakan dapat diibaratkan sebagai membuka dan memasuki ruang sumpek atau hutan belantara yang berisi hal-hal yang bersangkutan paut dengan permasalahan dan perkembangan klien. Sasaran penjajakan adalah hal-hal yang dikemukakan klien dan hal-hal lain perlu dipahami tentang diri klien.

c. Tahap Penafsiran

Apa yang terungkap melalui penjajakan merupakan berbagai hal yang perlu diartikan atau dimaknai keterkaitannya dengan masalah klien. Hasil proses penafsiran ini pada umumnya adalah aspek-aspek realita dan harapan klien

dengan berbagai variasi dinamika psikisnya. Dalam rangka penafsiran ini, upaya diagnosis dan prognosis, dapat memberikan manfaat yang berarti.

d. Tahap Pembinaan

Proses pembinaan ini secara langsung mengacu kepada pengentasan masalah dan pengembangan diri klien. Dalam tahap ini, disepakati strategi dan intervensi yang dapat memudahkan terjadinya perubahan. Sasaran dan strategi terutama ditentukan oleh sifat masalah, gaya dan teori yang dianut konselor, serta keinginan klien. Dalam langkah ini konselor dan klien mendiskusikan alternatif pengentasan masalah dengan berbagai konsekuensinya, serta menetapkan rencana tindakannya.

e. Tahap Penilaian

Upaya pembinaan melalui konseling diharapkan menghasilkan terentasnya masalah klien. Ada tiga jenis penilaian yang perlu dilakukan dalam konseling individual, yaitu penilaian segera, penilaian jangka pendek, dan penilaian jangka panjang.

2.4 Waktu tempat pelaksanaan konseling individual

Adapun waktu dan tempat layanan konseling individual hakikatnya dapat dilaksanakan kapan saja dan dimana saja, atas kesepakatan konselor-klien, dengan mempertahankan kenyamanan klien dan terjaminnya asas kerahasiaan.

2.5 Prosedur Pelaksanaan Konseling Individual

Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu:

a. Tahap Awal

Tahap ini terjadi dimulai sejak klien menemui konselor hingga berjalan sampai konselor dan klien menemukan masalah klien. Pada tahap ini beberapa hal yang perlu dilakukan, diantaranya:

- 1) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien (rapport). Kunci keberhasilan membangun hubungan terletak pada terpenuhinya asas-asas bimbingan dan konseling, terutama asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, dan kegiatan.
- 2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan klien telah melibatkan diri, maka konselor harus dapat membantu memperjelas masalah klien.
- 3) Membuka penaksiran dan penjajakan. Konselor berusaha menjajahi atau menaksir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan menentukan berbagai alternatifnya yang sesuai, untuk mengantisipasi masalah yang dihadapi klien.
- 4) Menegosiasikan kontak. Membangun perjanjian antara konselor dengan klien, berisi (a) Kontrak Waktu, yaitu berapa lama waktu pertemuan yang diinginkan oleh klien dan konselor tidak keberatan, (b) Kontrak Tugas, yaitu berbagai tugas antara konselor dan klien, dan (c) Kontrak Kerjasama

dalam proses konseling, yaitu terbinanya dalam seluruh rangkaian kegiatan konseling.

b. Inti (Tahap Kerja)

Setelah tahap awal dilaksanakan dengan baik, proses konseling selanjutnya adalah memasuki tahap inti atau tahap kerja. Pada tahap ini terdapat beberapa hal yang harus dilakukan, diantaranya:

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien dalam penjelajahan masalah yang dimaksudkan agar klien mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalah yang sedang dialaminya.
- 2) Konselor melakukan reassessment (Penilaian Kembali), bersama-sama klien meninjau kembali permasalahan yang dihadapi klien.
- 3) Menjaga agar hubungan konseling tetap terpelihara

Hal ini bisa terjadi jika :

- a) Klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampilkan kebutuhan untuk mengembangkan diri dan memecahkan masalah yang dihadapinya.
- b) Konselor berupaya kreatif mengembangkan teknik-teknik konseling yang bervariasi dan dapat menunjukkan pribadi yang jujur, ikhlas dan benar-benar peduli terhadap klien.
- c) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kesepakatan yang telah dibangun pada saat kontrak tetap dijaga, baik oleh pihak konselor maupun klien.

c. Akhir (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir ini terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan, yaitu:

- 1) Konselor bersama klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.
- 2) Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling sebelumnya.
- 3) Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling (Penilaian segera)
- 4) Membantu perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Pada tahap akhir ini ditandai beberapa hal, yaitu: (1) Menurunnya kecemasan klien, (2) Perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat dan dinamis, (3) Pemahaman baru dari klien tentang masalah yang dihadapinya dan (4) Adanya rencana masa yang akan datang program yang jelas.

2.6 Teknik Konseling Individual

Menurut Willis & Sopyan (2013) Ada Beberapa teknik dasar yang biasanya digunakan dalam konseling individual antara lain:

a. *Attending* (Perhatian/Menghampiri Konseli)

Attending adalah keterampilan/teknik yang digunakan konselor untuk memusatkan perhatian kepada klien agar klien merasa dihargai dan terbina suasana yang kondusif sehingga klien bebas mengekspresikan atau mengungkapkan tentang apa saja yang ada dalam pikiran, perasaan ataupun tingkah lakunya. Contohnya posisi badan termasuk gerak isyarat dan ekspresi muka serta kontak mata.

b. *Opening* (Pembukaan)

Opening adalah keterampilan atau teknik untuk membuka dan memulai komunikasi dan hubungan konseling. Hal ini dapat berupa menyambut kehadiran klien dan membicarakan topik netral dan sebagainya.

c. Empati

Empati adalah suatu cara untuk menyatakan perasaan konselor terhadap permasalahan konseli, konselor seperti merasakan terhadap apa yang dirasakan konseli.

d. *Rertatement* (Pengulangan)

Restatement adalah teknik yang digunakan konselor untuk mengulang atau menyatakan kembali pernyataan klien (sebagian atau seluruhnya) yang dianggap penting.

e. Refleksi

Refleksi adalah teknik yang digunakan konselor untuk memantulkan perasaan atau sikap yang terkandung dibalik pernyataan konseli.

f. *Clafication* (Klarifikasi)

Klarifikasi adalah teknik yang digunakan untuk mengungkapkan kembali isi pernyataan klien dengan menggunakan kata-kata baru dan segar. Contohnya pada intinya, pada dasarnya dan lain-lain.

g. *Paraphrasing*

Paraphrasing adalah teknik konselor dalam menangkap pesan yang tersirat di balik pembicaraan konseli.

h. Eksplorasi

Eksplorasi adalah suatu teknik atau cara bagi konselor dalam menggali permasalahan konseli secara lebih mendalam.

i. *Konfrontasi* (Pertentangan)

Konfrontasi keterampilan atau teknik yang digunakan oleh konselor untuk menunjukkan adanya kesenjangan, diskrepansi atau inkongruensi dalam diri klien kemudian konselor mengumpan balikkan kepada klien.

j. *Interprestasi* (Penafsiran)

Interprestasi (Penafsiran) adalah keterampilan atau teknik yang digunakan oleh konselor dimana atau karena tingkah laku klien ditafsirkan dan dimengerti dengan dikomunikasikan pada klien. Selain itu didalam *interprestasi* konselor menggali dan makna yang terdapat dibelakang kata-kata klien atau dibelakang perbuatan atau tindakan yang telah diceritakannya. Bertujuan membantu klien lebih memahami didiri sendiri bila mana klien bersedia mempertimbangkannya dengan pikiran terbuka.

k. *Termination* (Pengakhiran)

Termination (pengakhiran) adalah keterampilan atau teknik yang digunakan konselor untuk mengakhiri komunikasi berikutnya maupun mengakhiri karena komunikasi konseling betul-betul telah “Berakhir”.

Walaupun setiap tahapan konseling mempunyai teknik-teknik seperti yang dikemukakan di atas, tidak berarti aturannya kaku seperti itu. Artinya seorang konselor dengan kemampuan dan seni akan melakukan konseling dengan teknik-teknik yang bervariasi dan berganda (*multirechnique*).

Hal ini terjadi karena setiap klien berbeda kepribadian (kemampuan, sikap, motivasi kehadiran, tempramen), respon lisan dan bahasa badan dan sebagainya. Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa teknik-teknik dalam konseling individual banyak macamnya seperti rapport, attending, eksplorasi, konfrontasi, interpretasi, dorongan minimal, mengambil inisiatif sampai dengan memberi masehat dan masih banyak lagi yang lain. Dari semua teknik tidak harus dipakai secara bersamaan dalam satu kesempatan konseling individual, namun pemakaian teknik-teknik tersebut dapat disesuaikan dengan kebutuhan sehingga konseling individual berjalan dengan lancar. Dari penjelasan tersebut peneliti juga dapat memahami bahwa dengan konseling individual bisa mengatasi masalah atau meningkatkan pengelolaan diri peserta didik.

3. Pendekatan Behavioristik

3.1 Pengertian Pendekatan Behavioristik

Menurut Saerozi (2015:86) Behavioristik merupakan suatu pendekatan yang dikembangkan oleh Pavlov dan Skinner. Skinner adalah salah satu ahli waris behaviorisme yang dikembangkan Watson. Beliau sependapat dengan Watson, bahwa tidaklah produktif untuk menjelaskan sesuatu dengan merujuk pada struktur yang tidak dapat diamati secara langsung. Bagi Skinner istilah kepribadian tidak ada, yang ada adalah perilaku, perilaku sepenuhnya dapat dipahami karena merupakan tanggapan terhadap faktor-faktor dari lingkungan. Skinner lebih menekankan subjek penelitian yang bersifat individu. Fokus utama dalam konsep Behaviorisme adalah perilaku yang terlihat dan penyebab luar yang

menstimulasinya serta pentingnya control terhadap perilaku. Konsep utama behavioristik adalah berfokus pada tingkah laku yang kelihatan, ketepatan dalam menyusun tujuan-tujuan treatment, perumusan rencana-rencana treatment yang spesifik, dan evaluasi yang lebih obyektif berkenaan dengan hasil-hasil konseling.

Pendekatan behavioristik adalah suatu pendekatan psikologi yang berpendirian bahwa organisme dilahirkan tanpa sifat-sifat sosial atau psikologis, dimana perilaku adalah hasil pengalaman dan perilaku dimotivasi oleh kebutuhan untuk memperbanyak kesenangan dan mengurangi penderitaan (Saerozi, 2015:87:88)

3.2. Tujuan Konseling Behavioristik

Tujuan dari konseling behavioristik adalah untuk membantu klien membuang respons-respons yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat. Tujuan konseling ini juga menghapus pola-pola tingkah laku yang salah suai yang selama ini sering digunakan klien didalam kehidupannya, sehingga klien mampu menguasai tingkah laku baru yang efektif dengan cara menciptakan suatu kondisi-kondisi baru bagi proses belajar dengan menerapkan gagasan pengkondisian operan. Pendekatan ini berbeda dengan pendekatan lain, dan pendekatan ini ditandai oleh fokusnya pada perilaku yang nampak dan spesifik, dan kecermatan, serta penguraian tujuan-tujuan *treatment*.

3.3. Teknik-Teknik Konseling Behavioristik

1. Assertive training

Assertive training adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal seperti : Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya, individu yang mengalami kesulitan dalam berkata tidak, individu yang sukar mengatakan cinta dan respon positif lainnya, dan individu yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan fikirannya.

2. Teknik penguatan positif

Teknik penguatan yaitu suatu cara yang ampuh dalam proses pembentukan suatu pola tingkah laku. Terdapat dua jenis penguatan, yaitu penguatan primer dan penguatan sekunder.

3. Pembentukan respon

Pembentukan respon adalah proses perubahan tingkah laku yang dilakukan secara bertahap dengan memberikan penguatan-penguatan kecil pada saat tingkah laku yang diinginkan muncul. Hal ini dilakukan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir yang diharapkan.

4. Penguatan sebentar-sebentar (*intermiten*)

Penguatan terus-menerus dengan memberikan ganjaran setiap tingkah laku yang diinginkan muncul, penguatan sebentar-sebentar diberikan secara bervariasi kepada tingkah laku yang spesifik. Tingkah laku yang dikondisikan oleh penguatan sebentar-sebentar (*intermiten*) pada umumnya lebih tahan

penghapusan dibanding dengan tingkah laku yang dikondisikan melalui pemberian penguatan terus menerus.

5. Penghapusan

Apabila respon-respon yang diperlihatkan individu tidak diberi penguatan, maka cenderung respon ini akan menghilang dan pola-pola tingkah laku yang telah dipelajari cenderung melemah dan terhapus untuk suatu periode tertentu. Cara ini dilakukan untuk menghapus tingkah laku yang salah suai, dengan cara menarik atau menghentikan pemberian penguatan.

6. Self Management

Strategi pengelolaan diri merupakan suatu strategi dimana konseli mengarahkan prilakunya sendiri. Prosedur pengelolaan diri dapat meningkatkan kemampuan individu untuk mengendalikan perilakunya. Pengelolaan diri (*self management*) sering disebut klien membuat perubahan dengan cara menumbuhkan kemampuan mereka untuk memodifikasi aspek-aspek lingkungan dan memanipulasi sendiri konsekuensi yang diinginkan. Adapun tujuan dari pengelolaan diri adalah agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang hendak mereka hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku setelah masalah yang tidak dikehendaki, agar klien mampu mengelola bagaimana dirinya menyikapi lingkungan sekitarnya.

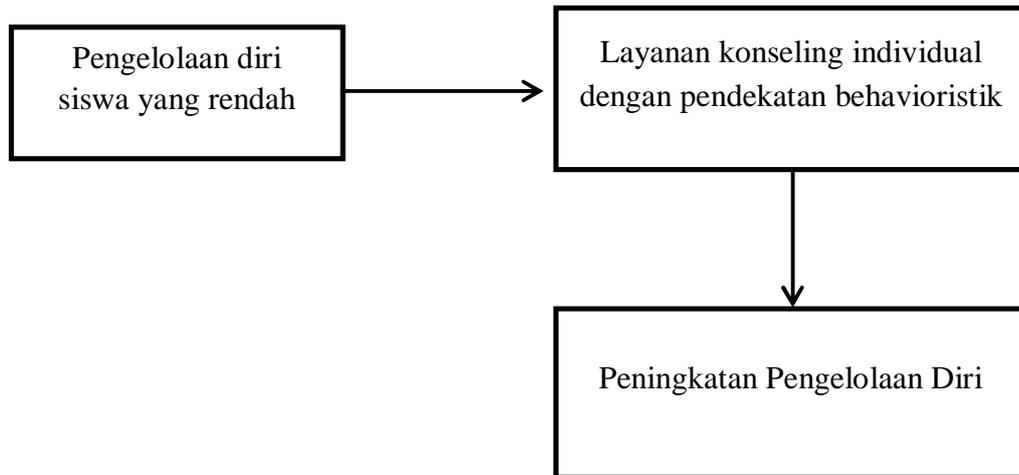
B. Kerangka Konseptual

Layanan konseling perorangan atau individual adalah salah satu pemberian bantuan secara perorangan dan secara langsung. Layanan konseling individual merupakan layanan yang diselenggarakan oleh seorang guru bimbingan dan konseling (konselor) terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi konseli.

Pendekatan behavioristik adalah suatu pendekatan psikologi yang berpendirian bahwa organisme dilahirkan tanpa sifat-sifat sosial atau psikologis, dimana perilaku adalah hasil pengalaman dan perilaku dimotivasi oleh kebutuhan untuk memperbanyak kesenangan dan mengurangi penderitaan.

Pengelolaan Diri merupakan suatu kemampuan yang berkenaan dengan kesadaran diri dan keterampilan dimana individu mengarahkan perubahan tingkah laku sendiri dengan respon internal maupun eksternal.

Oleh karena itu, dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa dapat digunakan layanan konseling individual dengan pendekatan behavioristik. Hal ini karena dalam pelaksanaan layanan konseling individual siswa dapat lebih terbuka akibat dari pengelolaan dirinya yang rendah yang di bantu dengan treatment-treatment yang dilakukan dalam pendekatan behavior.



Gambar 2.1
Bagan Kerangka Konseptual

Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior

BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi Dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 05 Medan yang terletak di Gg. Aman No. 38, RT.02, Tegal Sari Mandala III, Kec. Medan Denai.

2. Waktu Penelitian

Kegiatan ini dilaksanakan pada Tahun Ajaran 2019/2020 yang tepatnya dilaksanakan dari bulan Februari sampai bulan Agustus 2020. Untuk lebih jelasnya, rencana waktu penelitian ini dapat di lihat pada tabel 3.1 berikut:

Tabel 3.1
Waktu Pelaksanaan Penelitian

No	Kegiatan	Bulan/Minggu																						
		Februari				Maret				April				Juni		Juli				Agustus			Oktober	
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	3	4	1	2	3	4	1	2	3	1	2
1	Pengajuan Judul	■	■																					
2	Penulisan Proposal			■	■	■	■																	
3	Bimbingan Proposal							■	■	■	■	■												
4	Seminar Proposal												■											
5	Riset													■	■	■	■							
6	Pengolahan Data														■	■	■							
7	Pembuatan Skripsi															■	■	■	■					
8	Bimbingan Skripsi																■	■	■	■				
9	Pengesahan Skripsi																	■	■	■	■			
10	Sidang Meja Hijau																					■	■	

B. Subyek dan Objek Penelitian

1. Subjek

Menurut Sugiyono (2015: 124) Subjek penelitian adalah orang yang bisa memberikan informasi mengenai objek penelitian atau yang disebut dengan *key person* yang berarti sumber informasi. Adapun dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling, guru wali kelas serta seluruh siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 yang terlihat pada tabel 3.2 dibawah ini:

Tabel 3.2

Jumlah Subjek Siswa Kelas VIII

NO	Kelas	Jumlah Siswa
1.	VIII A	36
2.	VIII B	34
Jumlah		70

2. Objek

Menurut Sugiyono (2011:62) mendefinisikan sebagai “Bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh subjek”. Objek penelitian adalah permasalahan-permasalahan yang menjadi titik sentral perhatian dan penelitian. Sebagai objek penelitian adalah kemampuan mengatur unsur dalam diri baik mengenai perasaan, pikiran dan juga perilaku serta faktor-faktor yang mempengaruhi pengelolaan diri yang ada pada siswa.

Adapun yang menjadi objek dalam penelitian ini berdasarkan rekomendasi guru BK dan Wali kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan adalah kelas VIII-B yang berjumlah 4 orang. Hal ini dapat dilihat dari tabel 3.3 dibawah ini:

Tabel 3.3

Jumlah Objek Siswa Kelas VIII

NO	Kelas	Jumlah Siswa	Jumah Objek
1.	VIII A	36	-
2.	VIII B	34	4
Jumlah		70	4

C. Jenis Penelitian

Metode dalam penelitian ini adalah menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena sosial dari sudut pandang subjek. Dan kegiatan yang dilakukan adalah penelitian lapangan dengan menggunakan metode pendekatan deskriptif, yaitu data-data yang telah terkumpul disusun dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Penelitian kualitatif bersifat natural (*Naturalistic Reseach*) karena penelitian ini dilakukan di dalam kondisi yang alamiah (*Natural Setting*), dimana

peneliti melakukan komunikasi interpersonal dengan subyek penelitian untuk memperoleh data apa adanya.

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa metode untuk mengumpulkan data guna memperoleh data yang diinginkan, adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah:

1. Metode Wawancara

Wawancara merupakan pertemuan dua orang atau lebih untuk bertukar informasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topic tertentu (Sugiyono, 2016:317). Metode ini digunakan untuk memperoleh data-data yang diperlukan dalam penelitian ini. Data yang diperoleh dengan cara tanya jawab langsung secara lisan dengan guru pembimbing (guru BK) dan siswa di SMP Muhammadiyah 05 Medan. Untuk mengetahui gambaran umum tentang bimbingan konseling individual dan pengelolaan diri serta hal-hal yang mendukung perolehan data.

Adapun pedoman wawancara untuk guru bimbingan konseling seperti yang dapat di lihat pada tabel 3.4 di bawah ini:

Tabel 3.4

Tabel Wawancara Untuk Guru Bimbingan dan Konseling

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Layanan Bimbingan dan konseling seperti apakah yang pernah bapak/ibu diberikan kepada siswa di SMP Muhammadiyah 05 Medan?	

2	Apakah bapak/ibu pernah melaksanakan layanan konseling Individual SMP Muhammadiyah 05 Medan?	
3	Apakah pernah terjadi masalah tentang pengelolaan diri siswa di sekolah SMP Muhammadiyah 05 Medan?	
4	Hambatan apa yang bapak alami ketika menyelesaikan permasalahan tentang pengelolaan diri yang terjadi pada siswa?	
5	Upaya apa yang bapak lakukan untuk mengatasi permasalahan tentang pengelolaan diri?	

Sedangkan pedoman wawancara untuk guru wali kelas dapat dilihat pada tabel 3.5 berikut:

Tabel 3.5
Tabel Wawancara Untuk Guru Wali Kelas

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apa saja permasalahan yang ibu temui dikelas ini?	
2	Adakah siswa dikelas ini yang memiliki permasalahan mengenai pengelolaan diri siswa?	
3	Bagaimanakan cara ibu mengatasi permasalahan tersebut?	
4	Apakah ibu pernah melakukan koordinasi mengenai permasalahan di kelas ini dengan guru bimbingan konseling?	
5	Apakah ibu mengetahui bagaimana cara guru bimbingan konseling memberikan layanan kepada siswa?	

Untuk pedoman wawancara kepada siswa dapat dilihat pada tabel 3.6 sebagai berikut:

Tabel 3.6
Tabel Wawancara Untuk Siswa

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah yang kamu ketahui mengenai bimbingan konseling?	
2	Tahukah kamu yang dimaksud dengan pengelolaan diri itu seperti apa?	
3	Bagaimana cara kamu melakukan metakognitif/ pengelolaan diri terhadap diri sendiri?	
4	Bagaimana cara kamu memotivasi diri mu sendiri agar dapat merencanakan masa depan dengan baik?	
5	Bagaimana cara kamu berperilaku agar dapat mengatur diri dalam pengelolaan diri yang optimal?	

2. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan suatu teknik atau cara mengumpulkan data dengan mengadakan pengamatan terhadap kegiatan yang sedang berlangsung. Untuk dapat melihat lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.7 berikut:

Tabel 3.7
Pedoman Observasi Siswa

NO	Indikator	Hasil Pengamatan
1	Kemampuan Pengelolaan diri siswa	
2	Kemampuan melakukan metakognitif/ pengelolaan diri	
3	Kemampuan siswa dalam memotivasi diri sendiri	
4	Kemampuan siswa dalam berperilaku yang baik	

E. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data hasil wawancara dan observasi dengan cara mengorganisasikan data dan memilih mana yang penting serta mana yang perlu dipelajari serta membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami (Sugiyono,2007:333-345). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kualitatif yang digunakan dalam peneliti sebagaimana yang dikemukakan Miles dan Hubberman (Sugiyono,2007:204) yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan langkah terakhir adalah penarikan kesimpulan. Langkah-langkah tersebut sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Reduksi data merupakan penyederhanaan yang dilakukan melalui seleksi, pemfokusan dan keabsahan data mentah menjadi informasi yang bermakna, sehingga memudahkan penarikan kesimpulan.

2. Penyajian Data

Penyajian data yang sering digunakan pada data kualitatif adalah bentuk naratif. Penyajian-penyajian data berupa sekumpulan informasi yang tersusun secara sistematis dan mudah dipahami.

3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dalam analisis data yang dilakukan melihat hasil reduksi data tetap mengaju pada rumusan masalah secara tujuan yang hendak dicapai.

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Profil Sekolah SMP Muhammadiyah 05 Meda

Nama Madrasah	: SMP Muhammadiyah 05 Medan
Alamat	: Jl. Bromo Gg. Aman No. 38 Kec, Medan Denai Telp. 061-7356659, Kota Medan 20226
NPSN	: 10257324
NSS	: 204076009289
NDS	: 2007120189
Kode Pos	: 20226
Status Sekolah	: Swasta
Tahun Berdiri	: 3 September 1983
Akreditasi	: Terdaftar (B)
Nama Kepala Sekolah	: Drs. LUQMAN

Infrastruktur Sekolah

a. Kantor kepala sekolah	: 1 Ruangan
b. Kantor guru	: 1 Ruangan
c. Ruangan belajar siswa	: 6 Ruangan
d. Laboratorium komputer	: 1 Ruangan
e. Rumah penjaga sekolah	: 1 Ruangan

2. Visi dan Misi Sekolah

Visi : Berilmu, beramal, dan berakhlak

Misi : Disiplin dalam belajar, menumbuh kembangkan pengalaman kerja agama Islam, dan mewujudkan rasa kekeluargaan dengan silaturahmi.

3. Sarana dan Prasarana SMP Muhammadiyah 05 Medan

Untuk melaksanakan KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) dan pengelolaan sekolah lainnya, infrastruktur sekolah yaitu beberapa ruangan juga memiliki peranan penting yang dapat digunakan sesuai dengan fungsinya masing-masing diantaranya adalah seperti yang terlihat pada tabel 4.1 dibawah ini:

Tabel 4.1
Jenis Sarana

No	Ketersediaan Infrastruktur Ruangan	Keterangan
1	Kantor Kepala Sekolah	1 Ruangan
2	Kantor Guru	1 Ruangan
3	Ruang Belajar Siswa	6 Ruangan
4	Laboratorium Komputer	1 Ruangan
5	Rumah Penjaga Sekolah	1 Ruangan
6	Kantin	1 Ruangan
7	Kantor Administrasi	1 Ruangan
8	Ruang Perpustakaan	1 Ruangan
9	Toilet Guru	2 Ruangan
10	Toilet Siswa – Siswi	4 Ruangan
11	Gudang Peralatan	1 Ruangan
12	Lapangan Olahraga	1 Ruangan
13	Ruang UKS	1 Ruangan

Sedangkan jenis prasarana juga dapat dilihat pada tabel 4.2 di bawah ini:

Tabel 4.2
Jenis Prasarana

No	Jenis	Keberadaan		Fungsi	
		Ada	Tidak ada	Baik	Tidak baik
1	Instalasi Air	ü		ü	
2	Jaringan Listrik	ü		ü	
3	Jaringan Telepon	ü		ü	
4	Internet	ü			ü
5	Akses Jalan	ü		ü	

4. Keadaan Guru disekolah SMP Muhammadiyah 05 Medan

Guru merupakan suri teladan (panutan) bagi semua muridnya. Guru juga harus bertanggung jawab memberi bimbingan dan bantuan kepada anak didik dalam perkembangan jasmani dan rohaninya agar mencapai kedewasaannya. Guru melaksanakan kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan. Adapun data guru SMP Muhammadiyah 05 Medan dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut:

Tabel 4.3
Data Guru SMP Muhammadiyah 05

No	Nama Guru	Mata Pelajaran
1	Drs.Luqman	Kepala Sekolah/ Guru IPS
2	Dra. Jamilah. AR	Wakil Kepala Sekolah/ Guru BK
3	Luna Malina	Bahasa Inggris
4	Dra. Zoharni. ZA	Bahasa indonesia
5	Yeni Hartini,S.Pd	Bahasa Indonesia
6	Megawati Samin, S.P.d/	IPA
7	Susanti, S.Pd	Matematika
8	Drs. Amri Susanto	Bahasa Arab

9	Siti Rahmah Sri Wardani,SS	Tik
10	Yuniar	TU
11	Nurhamidah	SBK
12	Abdul Malik,S.Pd.I	KMD
13	Sudarningsih, M.Pd.I	Al-Qur'an
14	Nur Ainun,S.Pd	Penjas
15	Drs.Mulia Ritonga	PKN
16	Zarina Elfida,S.Pd	Bahasa Inggris
17	Drs.Zanuardi	IPS
18	Nursyam,S.Pd	IPA
19	Taufik	Penjaga Sekolah

Tabel 4.4
Daftar Nama Guru

No	Nama Guru / Pegawai	Ijazah Tertinggi Jurusan
1	Drs. Luqman	S1, KTP
2	Dra. Jamilah. AR	S1, BP
3	Drs. M. nasir. SR	S1, B. INGGRIS
4	Dra. Zoharni. ZA	S1, PUSTAKA
5	Drs. Ibnu Hajar Harahap	S1, TARBIYAH
6	Megawati Samin, S. Pd	S1, IPA
7	Susanti, S. Pd	S1, MEMATIKA
8	Drs. Amri Susanto	S1, TARBIYAH
9	Siti Aisyah Sibarani, A. Md	S1, KOMPUTER
10	Yuniar	SMEA AKUN
11	Nurhamidah	S1, PENDIDIKAN
12	Mashul, S. Pd	S1, PAI
13	Sudarningsih, S. Pd. I	S1, PAI
14	M. Faisal Aloan Nst, S. Pd	S1
15	Deni Chandra	SMA

5. Keadaan Siswa disekolah SMP Muhammadiyah 05 Medan

Siswa adalah mereka yang khusus diserahkan oleh kedua orang tuanya untuk mengikuti pembelajaran yang diselenggarakan di sekolah dengan tujuan untuk menjadi manusiasi yang berilmu pengetahuan, berketerampilan, berpengalaman, berkepribadian, berakhlak mulia dan mandiri. Adapun data siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut:

Tabel 4.5
Data Siswa

No	Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah Keseluruhan Siswa
		LK	PR	
1	VIII-A	21	15	36 Orang
2	VIII-B	19	15	34 Orang
Jumlah keseluruhan		40	30	70 Orang

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Dalam penelitian yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 05 Medan adalah penerapan layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri dengan menggunakan pendekatan behavior pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 yang berjumlah 4 siswa. Hal ini dilakukan agar hasil penelitian tersebut bisa lebih fokus pada masalah yang ingin diteliti dan mencapai tujuan yang diinginkan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui perilaku siswa dalam meningkatkan pengelolaan diri agar lebih percaya diri dalam menilai positif dirinya, untuk mengetahui siswa harus bisa

mengarahkan tingkah laku serta bagaimana perilakunya tersebut berpengaruh kepada orang lain serta untuk mengetahui kemampuan siswa dalam menjalin hubungan sosial di lingkungannya.

Selanjutnya untuk mengetahui siswa yang mempunyai masalah pengelolaan diri dilakukan proses wawancara dengan guru BK dan wali kelas serta siswa. Tujuan dilakukannya wawancara ini adalah untuk mengumpulkan data siswa siapa yang memiliki masalah pengelolaan diri.

Adapun wawancara dilakukannya dengan ibu Dra. Jamila AR sebagai guru BK tentang tanggapannya mengenai banyaknya siswa yang mempunyai masalah pengelolaan diri "*Iya, dalam masalah pengelolaan diri siswa pasti ada beberapa siswa yang memiliki problem dalam rasa kurang percaya diri dan siswa yang menilai negatif tentang dirinya sendiri*". Maka peneliti bermaksud untuk melaksanakan layanan konseling individual dengan pendekatan behavior untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa.

Dan hasil wawancara yang dilakukan sebelum melaksanakan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior pada siswa maka akan mencari bukti bahwa mereka memang mempunyai masalah pengelolaan diri. Dalam hal ini siswa yang di wawancarai oleh peneliti adalah objek dari penelitian ini yaitu siswa yang berinisial: DS, MD, RA, SH.

C. Deskripsi Pembahasan Penelitian

1. Deskripsi Defenisi Pelaksanaan Konseling Individual

Konseling sangat dibutuhkan untuk membantu memecahkan konflik dan membantu masalah pribadi siswa terutama dalam layanan konseling individual. Gaya komunikasi guru bimbingan konseling hendaknya dapat mengedepankan konsep pertemanan, menghindari kelakuan dan sikap formalitas yang justru dapat menghambat bagi kelancaran terlaksananya layanan konsep ini menempatkan siswa dan guru pembimbing berada pada posisi yang setara agar konseling individual dalam tingkah laku menyimpang bisa lebih efektif dan membawa perubahan pada sikap, pengetahuan dan menjadi dorongan siswa agar dapat meningkatkan pengelolaan diri siswa.

Sebenarnya peran guru pembimbing dalam memberikan konseling kepada siswa yang mengalami masalah dalam tingkah laku menyimpang, konseling individual dapat diberikan kepada siswa oleh guru pembimbing setelah mengetahui permasalahan siswa tersebut yang di yakini memang kurang baik dalam bertingkah laku.

Secara umum konseling individual adalah pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.

Proses pelaksanaan individu yang dilakukan, sebagai berikut:

- 1) Menjalin keakraban kepada siswa agar siswa lebih terbuka dalam menuangkan masalah yang dihadapi siswa tentang sebab-akibat dia dalam kecemasan sosial.

Hasil yang didapat oleh peneliti dalam menjalin keakraban kepada siswa, terlihat peneliti dan 4 siswa ini dapat menjalin keakraban dan siswa lebih terbuka dalam menceritakan masalah yang sedang mereka hadapi sehingga peneliti lebih mudah untuk menggali masalah yang sedang mereka hadapi.

- 2) Menciptakan suasana yang nyaman kepada siswa agar secara luas mengungkapkan masalah yang dialaminya.

Bercerita tentang menciptakan suasana yang nyaman, peneliti sebisa mungkin menciptakan suasana yang nyaman terlihat dari 4 siswa ini dapat mengungkapkan masalah yang mereka hadapi tanpa adanya ketakutan dan rasa malu-malu dalam menceritakan dengan peneliti. Ini menunjukkan bahwa siswa dapat merasakan kenyamanan ketika menceritakan masalah yang sedang mereka hadapi.

- 3) Fokus dalam permasalahan pengelolaan diri yang dihadapi siswa, dapat bersikap empati sehingga dapat mengatasi masalah pengelolaan diri yang dihadapi siswa.

Dalam hal ini peneliti hanya berfokus pada masalah yang sedang dihadapi 4 orang siswa ini, peneliti menanamkan sikap empati kepada siswa, dan meminimalisir masalah pengelolaan diri yang dihadapi siswa.

- 4) Melihat dari perubahan perilaku siswa dengan pendekatan behavior melalui layanan konseling individual ini siswa perlahan dapat meminimalisir masalah pengelolaan diri yang dihadapinya sehingga siswa dapat mengontrol tingkah lakunya dengan baik.

Setelah diadakannya konseling individual sehingga memperlihatkan adanya perubahan dalam diri siswa terutama dalam pengelolaan diri yang biasanya 4 orang ini memang benar-benar mempunyai masalah dengan pengelolaan diri seperti yang dapat dilihat dalam sikapnya dan penuturan kata yang disampaikan dalam wawancara bahwa mereka sering kurang percaya diri, tidak dapat mengontrol dirinya dan masih ada siswa yang kurang intenif untuk menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya maka setelah diadakannya layanan konseling individu dengan pendekatan behavior siswa dapat mengatasi masalah pengelolaan diri dan dibuktikan dengan perubahan sikap siswa. Dimana dalam menggunakan pendekatan behavior peneliti melakukan hal sebagai berikut:

Dimana peneliti memberikan stimulus/ransangan yang dapat ditangkap oleh alat indera dan respon atas segala tingkah laku baik secara fisik dan psikologis dari siswa sehingga terciptalah suatu hukum kesiapan (rencana ke depannya akan apa yang akan dilakukan siswa dalam hal meningkatkan pengelolaan diri) kemudian terciptalah hukum latihan yaitu siswa diarahkan akan melakukan perubahan-perubahan sikap dalam bentuk perlakuan sehingga akan terjadi hukum efek yaitu hal-hal yang

menimbulkan respon dari stimulus. Maka dari itu siswa dapat meningkatkan pengelolaan diri.

- 5) Setelah pelaksanaan layanan konseling individual dilakukan siswa memiliki perubahan yang positif; siswa lebih percaya diri, dapat mengontrol perilakunya dan sudah mau menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya.

Harapan peneliti setelah dilakukannya layanan konseling individual dengan pendekatan behavior untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa ini telah terjawab dan mencapai target yang diinginkan, karena adanya perubahan siswa yang ditunjukkan dengan tingkah laku siswa yang sudah memiliki percaya diri, dapat mengontrol perilakunya dan mau dalam menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Maka penelitian ini dianggap berhasil dan efektif untuk dijalankan dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa.

Jadi pelaksanaan pendekatan behavioristik dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa melalui layanan konseling individual dapat teratasi dengan baik dan efisien.

2. Deskripsi Pengelolaan Diri Siswa

Pengelolaan diri adalah pandangan kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengelola dirinya sendiri (secara fisik, emosi, pikiran, jiwa, dan spiritual) sehingga ia mampu mengarahkan dan menata tingkah lakunya sendiri. Serta bagaimana perilakunya tersebut berpengaruh kepada orang lain.

Di sini pengelolaan diri yang dimaksud adalah bahwa pada dasarnya merupakan pengenalan diri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan, sehingga mendorong pada penghindaran diri terhadap hal-hal yang tidak baik. Biasanya siswa yang mengalami masalah dengan pengelolaan dirinya ditunjukkan dengan sikap siswa yang kurang percaya diri, tidak dapat mengontrol perilakunya dan kurang intensif dalam menjalin hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya.

Hal ini terlihat dan dirasakan oleh siswa kelas VIII-B yang berinisial DS, MD, RA, SH.

Oleh karena itu peneliti membantu mereka untuk meningkatkan pengelolaan dirinya agar mereka dapat bersikap percaya diri, dapat mengontrol perilakunya serta dapat menjalin hubungan dengan lingkungan sekitarnya.

Adapun hasil penelitian dari masing-masing subjek yaitu siswa kelas VIII-B yang berinisial DS, MD, RA, SH dalam melihat rendahnya pengelolaan diri siswa dapat dirincikan sebagai berikut:

1. Pengelolaan diri DS

Identifikasi Masalah

Gambaran Permasalahan

DS merupakan siswa yang tidak percaya diri sehingga DS cenderung pendiam, minder, dan mengalami kesulitan untuk bersosialisasi dengan teman sebayanya. Di kelas DS tidak aktif mengikuti proses belajar.

Latar Belakang Keluarga

Dalam hal ini sesuai informasi yang diberikan oleh DS sendiri bahwasannya ayah DS bekerja sebagai punli bangunan dan ibu DS bekerja sebagai ibu rumah tangga dan ia masih mempunyai adik 2 orang dan satu orang kakak. Karena keadaan kondisi keluarganya seperti ini mengakibatkan DS kurang percaya diri, sebab ia melihat dari teman-temannya orang tua mereka mempunyai pekerjaan yang baik dan ekonomi yang baik, sedangkan DS merasa keadaan ekonominya serba kekurangan sehingga DS merasa kurang percaya diri atas tindakan apapun yang akan dilakukannya baik dalam berteman dan dalam melakukan tindakan terhadap dirinya sendiri.

Diagnosis

Diagnosis merupakan langkah untuk mencari faktor penyebab dari masalah yang sedang dihadapi oleh DS. Berdasarkan data yang terkumpul maka dapat ditetapkan bahwa faktor penyebab DS tidak percaya diri adalah sebagai berikut: DS adalah orang yang suka menyendiri dan mempunyai kepribadian yang tertutup, pendiam dan minder dengan teman-temannya. Hal ini sangat menghambat DS dalam menjalin pergaulan dengan teman-temannya, serta sulit mengambil tindakan yang seharusnya ia lakukan terhadap dirinya sendiri.

Prognosis

Setelah mengetahui faktor-faktor penyebab DS kurang percaya diri, kemudian menetapkan alternatif bantuan yang akan diberikan. Adapun layanan yang digunakan adalah layanan konseling individual dengan pendekatan behavior.

2. Pengelolaan diri MD

Identifikasi Masalah

Gambaran Permasalahan

MD merupakan anak yang agresif sehingga ia tidak dapat mengontrol emosinya dalam keadaan yang menekan keadaannya. Hal ini sangat mengganggu baik dalam pergaulannya dan proses belajar dan mengajar yang berlangsung di sekolah.

Latar Belakang Keluarga

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap MD diketahui bahwa MD adalah anak tunggal. Pekerjaan kedua orang tua MD adalah pegawai negeri sipil. Keadaan orangtua MD yang mengakibatkan MD tumbuh menjadi anak yang agresif dikarenakan orangtuanya yang sering bertengkar di rumah dan satu sama lain saling beradu argumen, MD juga merasa orangtuanya tidak peduli akan kemauan dan pertumbuhan anaknya, jarang sekali terjadi keharmonisan dalam keluarga MD. Hal ini sangat sering terjadi, sehingga MD merasa tidak diberi perhatian dan kasih sayang oleh tuanya.

Diagnosis

Diagnosis merupakan langkah untuk mencari faktor penyebab dari masalah yang sedang dihadapi oleh MD. Berdasarkan data yang terkumpul maka dapat ditetapkan bahwa faktor penyebab MD tidak dapat mengontrol emosi adalah sebagai berikut: Dimana MD adalah anak agresif, tidak dapat mengontrol emosinya dan suka-suka main tangan terhadap kawan berbicara keras dan sering melawan ketika ada temannya yang berkata menyinggung perasaannya.

Prognosis

Setelah mengetahui faktor-faktor penyebab MD tidak dapat mengontrol emosi, kemudian menetapkan alternatif bantuan yang akan diberikan. Adapun layanan yang digunakan adalah layanan konseling individual dengan pendekatan behavior.

3. Pengelolaan diri RA

Identifikasi Masalah

Gambaran Permasalahan

Kasus keseharian RA yang tidak mau bergaul/bersosialisasi dengan temannya meskipun temannya sudah berusaha untuk mengajaknya bermain. RA sangat tertutup dan sering merasa minder terhadap dirinya.

Latar Belakang Keluarga

RA merupakan ada kedua dari dua bersaudara. Ayahnya bekerja penyapu jalanan dan ibunya bekerja sebagai ibu rumah tangga. Disebabkan keadaan ekonomi RA yang kekurangan mengakibatkan RA menjadi anak yang minder dan tertutup, bahkan untuk berbicara saja pun RA dikenal sebagai anak yang gemar berbicara pasif, RA tidak mempunyai teman dekat satu orang pun, bahkan tempat duduknya pun berada di belakang tanpa mempunyai teman sebangku. Berulang kali teman-temannya mengajak RA untuk mengobrol bersama namun RA sering menolaknya. Karena keadaan ekonomi RA yang seperti ini pun pihak sekolah juga meringkankan beban biaya sekolah RA saat ini. RA juga ikut berjualan kerupuk di jalanan demi membantu ekonomi keluarganya.

Diagnosis

Diagnosis merupakan langkah untuk mencari faktor penyebab dari masalah yang sedang dihadapi oleh RA. Berdasarkan data yang terkumpul maka dapat ditetapkan bahwa faktor penyebab RA tidak dapat bergaul/bersosialisasi adalah sebagai berikut: RA tidak dapat bergaul/bersosialisasi dengan temannya karena minder akan keadaannya, dia sangat pendiam dan tertutup, ia lebih suka menyibukkan dirinya dengan melamun, menggambar dan sesekali menulis dibuku di saat waktu-waktu senggang di sekolahnya.

Prognosis

Setelah mengetahui faktor-faktor penyebab RA tidak dapat bergaul/bersosialisasi dengan temannya karena minder akan keadaannya, dia sangat pendiam dan tertutup, kemudian menetapkan alternatif bantuan yang akan diberikan. Adapun layanan yang digunakan adalah layanan konseling individual dengan pendekatan behavior.

4. Pengelolaan diri SH

Identifikasi Masalah

Gambaran Permasalahan

Dalam kesehariannya SH merupakan anak yang tertutup sehingga ia tidak percaya diri dalam pergaulannya, tidak memiliki banyak teman dikelas dan juga tidak aktif dalam proses belajar dan mengajar.

Latar Belakang Keluarga

SH adalah anak kedua dari tiga bersaudara ayahnya bekerja sebagai pegawai negeri sipil dan ibunya sebagai ibu rumah tangga.

Sikap cuek orang tuanya yang membuat dirinya menjadi anak yang tertutup dan tidak memiliki percaya diri. Sikap cuek yang berikan orangtuanya tidak melihat pertumbuhan SH dalam setiap apapun yang dilakukannya, SH sering ingin bercerita dan meminta saran kepada orang tuanya akan tindakan apa yang hendak dilakukannya namun buka saran yang di dapat orang tuanya malah bersikap cuek dan masa bodoh, sehingga SH merasa orangtuanya tidak pernah menghargai atas apa yang dilakukan SH yang mengakibatkan SH sering bingung apakah orangtuanya sebenarnya marah atau tidak, setuju atau tidak atas tindakannya. Karena keragu-raguan yang sering terjadi dalam dirinya ini lah yang mengakibatkan SH tidak percaya terhadap dirinya sendiri.

Diagnosis

Diagnosis merupakan langkah untuk mencari aktor penyebab dari masalah yang sedang dihadapi SH. Berdasarkan data yang diperoleh maka dapat ditetapkan bahwa faktor penyebab SH berperilaku tertutup dan tidak percaya diri adalah sebagai berikut: SH kurang percaya diri, mempunyai pribadi yang tertutup, dan pendiam, serta selalu dihantui halusinasi yang belum tentu terjadi akibat keraguan-raguan atas tindakan apa hendak dilakukannya.

Prognosis

Setelah mengetahui faktor-faktor penyebab SH berperilaku tertutup dan tidak percaya diri, kemudian menetapkan alternatif bantuan yang akan diberikan. Adapun layanan yang digunakan adalah layanan konseling individual dengan pendekatan behavior.

3. Deskripsi Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavior Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Siswa.

Layanan konseling sangat dibutuhkan untuk membantu siswa dalam memecahkan konflik maka dalam melaksanakan pendekatan behavior untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa diperlukan suatu layanan dalam bimbingan konseling, maka layanan yang dilaksanakan dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa ini dengan pendekatan behavior adalah layanan konseling individu. Adapun alasan digunakannya layanan konseling individu ini agar proses pelaksanaannya lebih efektif dan perubahannya pun lebih terlihat dalam diri siswa tersebut. Gaya komunikasi guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat mengedepankan konsep pertemanan, menghindari kelakuan dan sikap formalitas yang justru dapat menghambat bagi kelancaran telaksananya layanan konsep ini menempatkan siswa dan guru pembimbing berada pada posisi yang setara agar konseling individual dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa bisa lebih efektif dan membawa perubahan efektif dan efisien.

Disinilah sebenarnya peran guru bimbingan dan konseling dibutuhkan yaitu untuk memberikan atau membantu siswa dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa, sehingga siswa dapat lebih percaya diri dan mampu mengontrol perilakunya serta dapat menjalin hubungan yang baik terhadap lingkungan sekitarnya.

Secara umum konseling invidual adalah pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada

seorang individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.

Sedangkan dalam melakukan pendekatan behavior peneliti menggunakan treatment berupa memberikan stimulus/rangsangan yang dapat ditangkap oleh alat indera dan respon atas segala tingkah laku baik secara fisik dan psikologis dari siswa sehingga terciptalah suatu hukum kesiapan (rencana ke depannya akan apa yang akan dilakukan siswa dalam hal meningkatkan pengelolaan diri) kemudian terciptalah hukum latihan yaitu siswa diarahkan akan melakukan perubahan-perubahan sikap dalam bentuk perlakuan sehingga akan terjadi hukum efek yaitu hal-hal yang menimbulkan respon dari stimulus. Maka dari itu siswa dapat meningkatkan pengelolaan diri.

Keberhasilan pendekatan behavior melalui layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa dilihat dari pelaksanaan layanan konseling dapat dirincikan sebagai berikut:

1. Siswa 1 DS

Pertemuan 1

Setelah peneliti melakukan kegiatan layanan konseling individual dengan pendekatan behavior yaitu dengan mengidentifikasi masalah dan memberi arahan, nasehat dan saran terhadap permasalahan siswa terkait masalah pengelolaan diri, sehingga dalam kegiatan akhir peneliti memberikan alternatif kepada siswa agar siswa dapat meningkatkan pengelolaan diri selain itu peneliti juga menyampikan pesan yang berupa arahan dalam membangun kepercayaan terhadap diri sendiri sebelum kegiatan diakhiri untuk dilanjutkan tahap konseling pada pertemuan keII.

Pertemuan 2

Setelah peneliti melakukan kegiatan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior terkait pengelolaan diri siswa dalam menangani masalah meningkatkan kepercayaan diri dalam pertemuan ke dua. Maka di peroleh hasil yang memuaskan karena siswa DS dapat meningkatkan kepercayaan dirinya. Sebelum kegiatan akhir konseling peneliti juga memberikan motivasi kembali kepada siswa agar siswa bisa mempertahankan perubahan yang telah dilakukannya.

Hasil layanan konseling individual dengan pendekatan behavior

Dari hasil pertemuan satu dan pertemuan dua peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa DS sudah mampu mengembangkan kepercayaan diri dan bisa meningkatkan pengelolaan dirinya dengan sangat baik.

2. Siswa 2 MD

Pertemuan 1

Setelah peneliti melakukan kegiatan layanan konseling individual dengan pendekatan behavior yaitu dengan mengidentifikasi masalah dan memberi arahan, nasehat dan saran terhadap permasalahan siswa terkait masalah pengelolaan diri, sehingga dalam kegiatan akhir peneliti memberikan alternatif kepada siswa agar siswa dapat meningkatkan pengelolaan diri selain itu peneliti juga menyampikan pesan yang berupa arahan dalam mengendalikan/mengontrol emosi sebelum kegiatan diakhiri untuk dilanjutkan tahap konseling pada pertemuan ke II.

Pertemuan 2

Hasil dari pertemuan ke dua ini MD sudah dapat dikatakan berhasil dalam mengendalikan/mengontrol emosinya dalam bersikap terhadap teman-temannya. Sehingga MD dapat bersosialisasi dengan baik terhadap teman-temannya.

Hasil layanan konseling individual dengan pendekatan behavior

Dari hasil pertemuan satu dan pertemuan dua peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa MD sudah mampu mengendalikan emosinya dengan baik dan mampu meningkatkan pengelolaan dirinya dengan sangat baik.

3. Siswa 3 RA

Pertemuan 1

Setelah peneliti melakukan kegiatan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior yaitu dengan mengidentifikasi masalah dan memberi arahan, nasehat dan saran terhadap permasalahan siswa terkait masalah pengelolaan diri, sehingga dalam kegiatan akhir peneliti memberikan alternatif kepada siswa agar siswa dapat meningkatkan pengelolaan diri selain itu peneliti juga menyampikan pesan yang berupa arahan dalam membangun hubungan berteman dengan baik tanpa rasa minder sebelum kegiatan diakhiri untuk dilanjutkan tahap konseling pada pertemuan ke II.

Pertemuan 2

Hasil dari pertemuan dua layanan konseling individu dengan pendekatan behavior bahwa RA sudah dapat mengatasi rasa mindernya sehingga RA dapat

bersosialisai dengan baik dan RA juga sudah dapat dikatakan mampu dalam pengelolaan dirinya.

Hasil layanan konseling individual dengan pendekatan behavior

Dari hasil pertemuan satu dan pertemuan dua peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa RA sudah mampu dalam berteman dan tidak merasa minder lagi jika bersosialisasi dengan temannya dan mampu meningkatkan pengelolaan dirinya dengan sangat baik.

4. Siswa 4 SH

Pertemuan 1

Setelah peneliti melakukan kegiatan konseling individual dengan pendekatan behavior yaitu dengan mengidentifikasi masalah dan memberi arahan, nasehat dan saran terhadap permasalahan siswa terkait masalah pengelolaan diri, sehingga dalam kegiatan akhir peneliti memberikan alternatif kepada siswa agar siswa dapat meningkatkan pengelolaan diri selain itu peneliti juga menyampikan pesan yang berupa arahan dalam permasalahan tidak suk diatur-atu dan tidak suka dimarahi sebelum kegiatan diakhiri untuk dilanjutkan tahap konseling pada pertemuan ke II.

Pertemuan 2

Sesudah dilakukannya pertemuan ke dua maka peneliti dapat mengemukakan kesimpulan bahwa SH sudah mampu meningkatkan diri yang lebih baik lagi dalam bergaul dengan orang lain.

Hasil layanan konseling individual dengan pendekatan behavior

Dari hasil pertemuan satu dan pertemuan dua peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa SH sudah mampu meningkatkan pengelolaan dirinya dengan sangat baik dalam bergaul dengan temannya.

D. Diskusi Hasil Penelitian

Penerapan layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri dengan menggunakan pendekatan behavior pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan di tetapkan penulis saat melakukan observasi sebelum melaksanakan riset di SMP Muhammadiyah 05 Medan.

Konseling individual dengan pendekatan behavior ini dilakukan secara resmi, artinya secara teratur, terarah dan terkontrol serta tidak dilaksanakan secara acak atau seadanya saja.

Diyakini pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavior ini untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa karena layanan ini dilaksanakan dengan sifat pribadi jadi siswa bisa lebih terbuka atas alasan dia yang mengalami masalah pengelolaan diri. Dan sepanjang yang peneliti laksanakan dalam layanan konseling individu dengan pendekatan behavior ini memang benar bahwa siswa tersebut mempunyai alasan yang bersifat pribadi sehingga ia menjadi orang yang mempunyai masalah pengelolaan diri. Dan juga terlihat hasil ataupun perubahan sikap dan perilaku siswa dalam berperilaku yang tadinya tidak percaya diri, tidak dapat mengontrol dirinya dan masih ada siswa yang kurang intensif dalam menjalin hubungan sosial setelah diadakannya layanan konseling individu dengan

pendekatan behavior ini siswa menjadi orang yang lebih percaya diri, dapat mengontrol sikapnya dalam berperilaku dan sudah dapat menjalin hubungan sosial dengan baik.

E. Keterbatasan Penelitian

Penulis mengakui bahwa penulisan skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih ada kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan penelitian dan penganalisaan data hasil penelitian. Keterbatasan penulis hadapi disebabkan oleh beberapa faktor antara lain :

1. Sulit mengatur siswa yang mempunyai masalah pengelolaan diri dikarenakan siswa tersebut terbiasa dengan sikap yang keras, sehingga siswa tersebut susah diajak untuk melakukan perubahan dan penulis pun harus mempunyai banyak cara/teknik untuk melakukan pendekatan dengan siswa tersebut agar siswa tersebut dapat terarah dengan baik dan dapat mengentaskan permasalahan pengelolaan dirinya.
2. Selain keterbatasan di atas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan baku ditambah dengan kurangnya buku pedoman tentang teknik penyusunan daftar pertanyaan wawancara secara baik, merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri dengan menggunakan pendekatan behavior pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun ajaran 2019/2020. Maka penulis dapat memberikan kesimpulan bahwa:

1. Layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri dengan menggunakan pendekatan behavior pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 sudah diterapkan, hal ini diketahui dengan layanan konseling yang rutin dilakukan untuk memecahkan masalah siswa dan siswa dapat meningkatkan pengelolaan dirinya.
2. Hasil dari layanan konseling individu pendekatan behavior dapat mengatasi pengelolaan diri siswa dapat dilihat dari terjadinya perubahan pada perilaku siswa yang sudah dapat meningkatkan percaya diri, mengontrol sikapnya dan terdapat siswa yang masih kurang intensif dalam menjalin hubungan sosial.
3. Penerapan layanan konseling individual untuk meningkatkan pengelolaan diri dengan menggunakan pendekatan behavior pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 telah berhasil

dilaksanakan dengan tingkat keberhasilan berkisar sebesar 92% melalui pengamatan peneliti.

B. Saran

Dari hasil penelitian maka saran yang dapat peneliti berikan yaitu :

1. Bagi guru Bimbingan dan Konseling diharapkan agar lebih memperhatikan siswa/i di sekolah tersebut, dan juga diharapkan agar tetap melaksanakan seluruh layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling.
2. Bagi siswa yang memiliki masalah, khususnya yang memiliki masalah pengelolaan diri siswa diharapkan agar dapat mengatasinya sedini mungkin agar siswa/i dapat bersikap positif.
3. Bagi orang tua, dari beberapa data hasil penelitian yang mengatakan bahwa orang tua adalah pendidik yang paling utama bagi anak, saran peneliti sebaiknya orang tua harus lebih memperhatikan anaknya. Karena seorang anak tidak hanya membutuhkan materi saja melainkan perhatian serta kasih sayang juga sangat dibutuhkan oleh anak.
4. Bagi peneliti selanjutnya untuk peneliti disarankan untuk menggunakan metode yang berbeda dan lebih intensif dalam melakukan penelitian dan lebih dispesifikasikan dalam melakukan penelitian agar pembahasannya tidak terlalu luas dan terkesan tidak menjurus pada permasalahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Colhoun,J.F and Acocela,J.R. 2012. Psikologi tentang Konsep Diri. Edisi ketiga.Semarang:Penerbit IKIP Press.
- Gantina Komalasari,Teori Dan Praktik Konseling, Jakarta,PT Indeks 2014,h1141.
- Ghufron, Risnawati. 2019. Teori-teori psikologi. Yogyakarta: ARRUZ MEDIA.
- Hellen,Bimbingan Dan Konseling(Jakarta,Quantum Teaching,2005).
- Prayitno & Erman Amti,(2009),*Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta : Rineka Cipta, hal, 282.
- Saerozi, 2015,Pengantar Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Semarang:CV Karya Abadi Jaya.
- Sugiyono,2016. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif ,Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto, 2017. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Sulistyarini & Jauhar, 2014:226. *Dasar-Dasar Konseling*, Jakarta:Prestasi Pusaka.
- Suryani.2003."Perilaku agresif remaja ditinjau dari pengelolaan diri dan persepsi terhadap pola asuh authoritarian otang tua".*Tesis*.(Tidak diterbitkan). Jogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Willis S.Sofyan,Konseling Individual Teori dan Praktek (Bandung,CV Alfabeta,2007)hal:18.
- Willis, Sofyan. 2013:159 *Konseling Individual Teori dan Praktik*, Bandung:ALFABETA.
- Zimmerman.B.J. 2019.*Psikologi Tentang Pengelolaan Diri*. Yogyakarta: ARRUIZ MEDIA.

Lampiran 1

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. DATA PRIBADI

Nama : Irma Dwi Ariani

Tempat Tanggal Lahir : Sidorejo, 07 Maret 1999

Alamat Rumah : Dusun VI Desa Bahsidua-dua, Kec. Serbajadi, Kab.
Serdang Bedagai.

Agama : Islam

Kewarganegaraan : Indonesia

Nama Ayah : Arbani

Nama Ibu : Dessi Ari Sandi

2. PENDIDIKAN FORMAL

- 1) Tamat Tahun 2010: SD Negeri 107456 Panglog Serdang Bedagai
- 2) Tamat Tahun 2013: SMP Negeri 2 Sei Rampah Serdang Bedagai
- 3) Tamat Tahun 2016: SMA Swasta Gelora Pancasila Serdang Bedagai

Demikian daftar riwayat hidup ini saya perbuat dengan sebenar-benarnya.

Peneliti

Irma Dwi Ariani

Lampiran 2

LEMBAR OBSERVASI MENINGKATKAN PENGELOLAAN DIRI SISWA SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN

Tempat : Ruang Kelas VIII-B
Tempat Observasi : SMP Muhammadiyah 05 Medan
Topik Observasi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

NO	Indikator	Hasil Pengamatan
1	Kemampuan Pengelolaan diri siswa	Sudah berhasil diterapkan siswa
2	Kemampuan melakukan metakognitif/ pengelolaan diri	Sudah berhasil diterapkan siswa
3	Kemampuan siswa dalam memotivasi diri sendiri	Sudah berhasil diterpkan siswa
4	Kemampuan siswa dalam berperilaku yang baik	Sudah berhasil diterapkan siswa

Lampiran 3

Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling

Nama : Dra. Jamilah AR
Tempat : Ruang BK
Topik Observasi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tabel Wawancara Untuk Guru Bimbingan dan Konseling

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Layanan Bimbingan dan konseling seperti apakah yang pernah ibu diberikan kepada siswa di SMP Muhammadiyah 05 Medan?	Layanan informasi dan konseling individual, karena layanan ini lebih sering dibutuhkan siswa dalam mengetahui informasi dan pengentasan masalah.
2	Apakah ibu pernah melaksanakan layanan konseling Individual SMP Muhammadiyah 05 Medan?	Iya pernah, dalam pelaksanaan konseling individual ini sangat berguna dalam bentuk penyelesaian atau pun sharing dengan siswa.
3	Apakah pernah terjadi masalah tentang pengelolaan diri siswa di sekolah SMP Muhammadiyah 05 Medan?	Iya, dalam masalah pengelolaan diri siswa pasti ada beberapa siswa yang memiliki problem dalam rasa kurang percaya diri dan siswa yang menilai negative tentang dirinya sendiri.
4	Hambatan apa yang Ibu alami ketika menyelesaikan permasalahan tentang pengelolaan diri yang terjadi pada siswa?	Hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaan kegiatan jika dilihat dari segi evaluasi, terkadang juga berjalan dengan lancar dalam menyelesaikan permasalahan siswa.

5	Upaya apa yang Ibu lakukan untuk mengatasi permasalahan tentang pengelolaan diri?	Memberikan layanan konseling individual dari awal perencanaan sampai tindak lanjut, penentasan masalah.
---	---	---

Lampiran 4

Wawancara Guru Wali Kelas

Nama : Siti Rahmah Sri Wardani, S.Pd
Tempat : Ruang Guru
Topik Observasi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tabel Wawancara Untuk Guru Wali Kelas

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apa saja permasalahan yang ibu temui dikelas ini?	Banyak, salah satunya ada siswa yang memiliki kurang percaya diri terhadap dirinya sendiri jika maju didepan kelas/tampil.
2	Adakah siswa dikelas ini yang memiliki permasalahan mengenai pengelolaan diri siswa?	Ada beberapa, jika siswa saya ada yang permasalahan mengenai pengelolaan dirinya maka saya arahkan mereka.
3	Bagaimanakan cara ibu mengatasi permasalahan tersebut?	Saya berikan motivasi, dan arahan yang lebih baik lagi, jika belum bisa juga berubah saya suruh siswa tersebut keruangan untuk menemui guru bk.
4	Apakah ibu pernah melakukan koordinasi mengenai permasalahan di kelas ini dengan guru bimbingan konseling?	Iya selalu, jika adas iswa yang bandal, maka saya arahkan mereka untuk menemui guru bk.
5	Apakah ibu mengetahui bagaimana cara guru bimbingan konseling memberikan layanan kepada siswa?	Sebagian tidak semuanya.

Lampiran 5

Wawancara Siswa

Nama : DS
Kelas : VIII-B
Topik Observasi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tabel Wawancara Untuk Siswa

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah yang kamu ketahui mengenai bimbingan konseling?	Bk itu untuk menyelesaikan masalah siswa yang bermasalah dan bandal.
2	Tahukah kamu yang dimaksud dengan pengelolaan diri itu seperti apa?	Berkaitan dengan perilaku individu dalam bersosialisasi.
3	Bagaimana cara kamu melakukan metakognitif/ pengelolaan diri terhadap diri sendiri?	Banyak belajar dari kesalahan dalam diri, harus lebih baik lagi.
4	Bagaimana cara kamu memotivasi diri mu sendiri agar dapat merencanakan masa depan dengan baik?	Dengan cara membangkitkan diri dalam hal yang negative.
5	Bagaimana cara kamu berperilaku agar dapat mengatur diri dalam pengelolaan diri yang optimal?	Mengontrol diri sendiri

Wawancara Siswa

Nama : MD
Kelas : VIII-B
Topik Observasi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tabel Wawancara Untuk Siswa

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah yang kamu ketahui mengenai bimbingan konseling?	Utuk membantu siswa dan membuat siswa jauh lebih baik lagi dengan arahan dan motivasi.
2	Tahukah kamu yang dimaksud dengan pengelolaan diri itu seperti apa?	Tau, pengelolaan diri itu untuk selalu berfikir positif.
3	Bagaimana cara kamu melakukan metakognitif/ pengelolaan diri terhadap diri sendiri?	Memproses dan meningkatkan rasa percaya diri.
4	Bagaimana cara kamu memotivasi diri mu sendiri agar dapat merencanakan masa depan dengan baik?	Selalu optimis dan maju rajin belajar.
5	Bagaimana cara kamu berperilaku agar dapat mengatur diri dalam pengelolaan diri yang optimal?	Mengontrol diri sendiri.

Wawancara Siswa

Nama : RA
Kelas : VIII-B
Topik Observasi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tabel Wawancara Untuk Siswa

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah yang kamu ketahui mengenai bimbingan konseling?	Sedikit mengetahui, tapi menurut saya bk itu membantu siswa.
2	Tahukah kamu yang dimaksud dengan pengelolaan diri itu seperti apa?	Mengenali diri sendiri, itu yang saya tau buk.
3	Bagaimana cara kamu melakukan metakognitif/ pengelolaan diri terhadap diri sendiri?	Tidak mudah marah-marah
4	Bagaimana cara kamu memotivasi diri mu sendiri agar dapat merencanakan masa depan dengan baik?	Selalu berbuat baik dan berfikir positif.
5	Bagaimana cara kamu berperilaku agar dapat mengatur diri dalam pengelolaan diri yang optimal?	Tergantung bagaimana menyikapinya, harus selalu percaya diri pada siapapun.

Wawancara Siswa

Nama : SH
Kelas : VIII-B
Topik Observasi : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Tabel Wawancara Untuk Siswa

No	Pertanyaan	Hasil wawancara
1	Apakah yang kamu ketahui mengenai bimbingan konseling?	Memberikan nasehat.
2	Tahukah kamu yang dimaksud dengan pengelolaan diri itu seperti apa?	Sedikit buk, pengelolaan diri itu untuk membuat pikiran yang selalu positif.
3	Bagaimana cara kamu melakukan metakognitif/ pengelolaan diri terhadap diri sendiri?	Merencanakan suatu keinginan yang ingin dicapai.
4	Bagaimana cara kamu memotivasi diri mu sendiri agar dapat merencanakan masa depan dengan baik?	Selalu bermanfaat untuk orang lain dan selalu berbuat baik.
5	Bagaimana cara kamu berperilaku agar dapat mengatur diri dalam pengelolaan diri yang optimal?	Merubah sikap lebih baik lagi dan terus berkarya.

Lampiran 6

RPL

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN / LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

FORMAT INDIVIDUAL

- I. IDENTITAS**
- A. **Satuan Pendidikan** : SMP Muhammadiyah 05
 - B. **Tahun Ajaran** : 2019-2020, semester ganjil
 - C. **Sasaran Pelayanan** : Kelas VIII-B
 - D. **Pelaksana** : Irma Dwi Ariani
 - E. **Pihak Terkait** : Siswa
- II. WAKTU DAN TEMPAT**
- A. **Tanggal** : Sabtu, 25 Juli 2020
 - B. **Jam Pembelajaran/Pelayanan** : di luar jam pembelajaran
 - C. **Volume Waktu (JP)** : 2 (dua) JP
 - D. **Spesifikasi Tempat Belajar** : Ruang BK
- III. MATERI PEMBELAJARAN**
- A. **Tema/Subtema**
 - 1. Tema : Pengelolaan diri
 - 2. Subtema : pengelolaan diri, motivasi diri, mengontrol sikap
 - B. **Sumber Materi** : kegiatan sehari-hari siswa
- IV. TUJUAN/ARAH PENGEMBANGAN**
- A. **Pengembangan KES** : Agar siswa dapat meningkatkan pengelolaan diri
 - B. **Penanganan KES-T** : Untuk menghindari/menghilangkan perilaku menyimpang

V. METODE DAN TEKNIK

- A. **Jenis Layanan** : Layanan Konseling Individu
- B. **Kegiatan Pendukung** : Himpunan data

VI. SARANA

- A. Media : HP/alat perekam suara
- B. Perlengkapan : buku tulis dan pena (jika diperlukan)

VII. SASARAN PENILAIAN HASIL PEMBELAJARAN / PELAYANAN

Diperolehnya hal-hal baru oleh siswa terkait KES (Kehidupan Efektif Sehari-Hari) dengan unsur-unsur AKURS (Acuan, Kompetensi, Usaha, Rasa, Sungguh-sungguh).

A. KES

1. *Acuan (A)* : Perlunya siswa untuk mengetahui sebab akibat pengelolaan diri.
2. *Kompetensi (K)* : Siswa dapat melakukan pengelolaan diri yang baik
3. *Usaha (U)* : Siswa mempraktikkan apa-apa yang telah di sarankan dalam kegiatan ini berlangsung untuk di terapkan di luar kegiatan.
4. *Rasa (R)* : Bagaimana siswa merasa berkenaan tentang kejadian yang dirasakannya saat ini.
5. *Sungguh-sungguh (S)* : Kesungguhan siswa dalam mengaplikasikan hal-hal yang mengarah ke arah lebih baik.

B. KES-T, yaitu terhindarkannya siswa perilaku yang menyimpang

C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan Tabah :

Memohon ridho Tuhan untuk suksesnya siswa mempraktekkan kegiatan yang lebih baik lagi.

VIII. LANGKAH KEGIATAN

A. LANGKAH PENGANTARAN

1. Mengucapkan salam selanjutnya mengajak konseli berdoa untuk memulai kegiatan konseling perorangan
2. Melalui tanya jawab konseli memahami bahwa layanan konseling adalah bagian dari layanan BK yaitu untuk mengatasi masalah pengelolaan diri, mengarahkan serta membantu untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi dan menjadi pribadi yang mandiri..

B. LANGKAH PENJAJAKAN

1. Diungkapkan hubungan konseli dengan konselor
2. Dijajaki kesiapan konseli untuk mengikuti proses selanjutnya
3. Konseli diminta untuk menceritakan permasalahannya.

C. LANGKAH PENAFSIRAN

1. Bersama konseli disimpulkan pokok-pokok permasalahan yang dialaminya
2. Didalami seluk beluk dan keterkaitan antara pokok permasalahan

D. LANGKAH PEMBINAAN

1. Meningkatkan pengelolaan diri yang baik.

E. LANGKAH PENILAIAN DAN TINDAK LANJUT

1. Penilaian Hasil

Di akhir proses pembelajaran / pelayanan siswa diminta merefleksikan (secara lisan dan atau tertulis) apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur-unsur AKURS:

- a. *Berfikir* : Apa yang konseli pikirkan tentang pengelolaan diri (unsur A)
- b. *Merasa* : Apa yang konseli rasakan mengenai masalah yang sedang dialami (unsur B)
- c. *Bersikap* : Bagaimana konseli menyikapi untuk mengatasi masalah pengelolaan diri (unsur K)
- d. *Bertindak* : Apa yang hendak konseli lakukan untuk mendengarkan, memahami, merespon permasalahan.(unsur U)
- e. *Bertanggung Jawab* : Bagaiman konseli bertanggung jawab untuk menyikapi persoalan tentang pengelolaan diri (unsur S)

2. Penilaian Proses

Melalui pengamatan dilakukan penilaian proses pembelajaran/pelayanan untuk memperoleh gambaran tentang aktivitas siswa dan efektifitas pembelajaran/pelayanan yang telah diselenggarakan.

3. LAPELPROG dan Tindak Lanjut

Setelah kegiatan pembelajaran atau pelayanan selesai, disusunlah Laporan Pelaksanaan Program Layanan (LAPELPROG) yang memuat data penilaian hasil dan proses, dengan disertai arah tindak lanjutnya.

Medan, Juli 2020

Peneliti

Irma Dwi Ariani

Lampiran 7

DOKUMENTASI



Proses Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020 Kepada beberapa objek dari penelitian dan dari salah satu pertemuan yang diadakan.



Hasil Foto Dokumentasi Dengan Guru BK SMP Muhammadiyah 05 Medan



Keadaan Sekolah SMP Muhammadiyah 05 Medan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form : K - 1

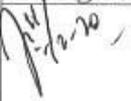
Kepada Yth: Ibu Ketua & Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif : 139 SKS

IPK= 3,70

Persetujuan Ket./Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan	Disahkan oleh Dekan Fakultas
	Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan Behavior pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2019/2020	
	Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavior pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2019/2020	
	Pengaruh Layanan Informasi Menggunakan Pendekatan Kognitif terhadap Penerimaan Diri Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2019/2020	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 11 Februari 2020
Hormat Pemohon,


Irma Dwi Ariani

Keterangan:

- Dibuat rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas
- Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
In. Kapten Muchtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : www.umsu.ac.id Email : fkp@umsu.ac.id

Form K- 2

Kepada Yth: Ibu Ketua & Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Assalamu 'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat , yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/ risalah/ makalah/ skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut :

PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK MENINGKATKAN PENGELOLAAN DIRI DENGAN MENGGUNAKAN PENDEKATAN BEHAVIOR PADA SISWA KELAS VIII SMP IMELDA MEDAN TAHUN AJARAN 2019/2020

Sekaligus saya mengusulkan/ menunjukan Bapak/ Ibu

1. Sri Ngayomi YW,S.Psi, M.Psi

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/ Risalah/ Makalah/ Skripsi saya.
Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya . Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/ Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 17 Februari 2020
Hormat Pemohon,

Irma Dwi Ariani

Keterangan
Dibuat rangkap 3 : Untuk Dekan /Fakultas
Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

Jln.Kap.Mukhtar Basri No.3 Telp.6622400 Medan20217

Form : K3

Nomor : 233/II.3/UMSU-02/F/2020
Lamp. : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing.**

Assalamu 'alaikum Wr.Wb.

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut dibawah ini:

Nama : **Irma Dwi Ariani**
N P M : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : **Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri dengan Menggunakan Pendekatan Behavior pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2019/2020.**

Pembimbing : **Sri Ngayomi YW,S.Psi,M.Psi.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut diatas diizinkan menulis/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1 Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan.
- 2 Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan BATAL apabila Tidak selesai dalam waktu yang telah ditentukan.
- 3 Masa daluwarsa tanggal : **17 Februari 2021**

Medan, 24 Jum.Akhir 1440 H
17 Februari 2020 M



Dibuat rangkap 4 (empat)

1. Fakultas (Dekan)
2. Ketua Program Studi
3. Pembimbing
4. Mahasiswa yang bersangkutan:

WAJIB MENGIKUTI SEMINAR



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Jurusan/Prog.Studi : Bimbingan dan Konseling
Nama Lengkap : Irma DwiAriani
N.P.M : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behaviour Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
3 MARET 2020	Bab I Perbaiki latar belakang Fenomena rumusan masalah Bab II Tambahkan teori Pengelolaan diri. Langkah-langkah Konseling Individual.	
11 MARET 2020	Perbaiki Bab I dan Bab III	
30 MARET 2020	Perbaiki Bab III dan daftar Pustaka	
5 APRIL 2020	sudah diperiksa dan disetujui untuk seminar proposal.	

Medan, Maret 2020

Diketahui oleh:

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi Y.W, S.Psi., M.Psi



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

LEMBAR PENGESAHAN PROPOSAL

Proposal yang diajukan oleh mahasiswa/i di bawah ini:

Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Sudah layak diseminarkan

Medan, Mei 2020

Pembimbing

Sri Ngayomi Y.W, S.Psi., M.Psi



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

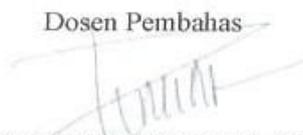
BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Selasa, Tanggal 5 Mei 2020 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

NO	Masukan dan Saran
Judul	Penulisan judul pada cover harus mengerucut ke bawah.
Bab I	Sudah sesuai.
Bab II	Pada halaman 11 kutipan tidak boleh dibawah tahun 2000
Bab III	Menambahkan nomor pada table objek penelitian, agar lebih jelas ada berapa kelas yang akan diteliti.
Lainnya	Daftar pustaka harus sesuai dengan kutipan. Kutipan harus ada halaman bukunya.
Kesimpulan	[<input type="checkbox"/>] Disetujui [<input type="checkbox"/>] Ditolak [<input checked="" type="checkbox"/>] Disetujui dengan adanya perbaikan

Dosen Pembahas

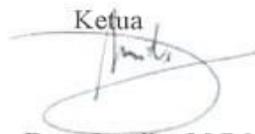

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Dosen Pembimbing


Sri Ngayomi YW, S.Psi, M.Psi

Panitia Pelaksana

Ketua


Dra. Jamila, M.Pd

Sekretaris


Drs. Zaharuddin Nur, M.M



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

Pada hari Selasa, 5 Mei 2020 sudah layak menjadi proposal skripsi

Medan, Mei 2020

Disetujui Oleh

Dosen Pembahas

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi YW, S.Psi, M.Psi

Diketahui oleh
Ketua Progam Studi

Dra. Jamila, M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO:

Ketua program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Menerangkan di bawah ini:

Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

Benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Selasa, 5 Mei 2020.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas. Atas ketersediaan dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, Mei 2020

Diketahui Oleh,

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jalan Kapten Muchtar Basri, BA No.3 Medan Telp. (061) 661905 Ext, 22, 23, 30
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Kepada: Yth. Ibu Ketua/Sekretaris
Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : **Permohonan Perubahan Judul Proposal**

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
N.P.M : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan perubahan judul Skripsi, sebagai mana tercantum di bawah ini:

Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri dengan
Menggunakan Pendekatan Behavior pada Siswa Kelas VIII SMP Imelda Medan
Tahun Ajaran 2019/2020

Menjadi:

Penerapan Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri dengan
Menggunakan Pendekatan Behavior pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05
Medan Tahun Ajaran 2019/2020

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, Agustus 2020
Hormat Pemohon

Irma Dwi Ariani

Diketahui Oleh :

Dosen Pembimbing

Ketua Program Studi
Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Dra. Jamila, M.Pd

Sri Ngayomi YW, S.Psi, M.Psi

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Irma Dwi Ariani
NPM : 1602080057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan Tahun Ajaran 2019/2020.

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah di teliti di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *plagiat*.
3. Apabila poin 1 dan 2 diatas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, September 2020

Hormat Saya

Yang membuat pernyataan,



Irma Dwi Ariani

Diketahui oleh ketua program studi
Pendidikan bimbingan dan konseling

Dra. Jamila, M.Pd



Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Mochtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400
Website: <http://fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@yahoo.co.id

Nomor : 1222/IL.3/UMSU-02/F2020 Medan, 18 Dzulhijjah 1441 H
Lamp. : -- 08 Agustus 2020 M
Hal : Mohon Izin Riset

Kepada Yth.:
Bapak/Ibu Kepala SMP Muhammadiyah 05 Medan
Di
Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan aktifitas sehari-hari, sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan izin kepada mahasiswa untuk melakukan penelitian/riset di tempat yang Bapak/Ibu Pimpin. Adapun data mahasiswa kami tersebut sebagai berikut :

Nama : **Irma Dwi Ariani**
NPM : 1602080057
Program Studi : Bimbingan Konseling
Judul Penelitian : Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan.

Demikianlah hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.
Wassalamu'alikum Warahmatullahi Barakatuh


Dekan
Dr. H. Elfrianto S.Pd., M.Pd.
NIDN : 0115057302

Tembusan :
- Peringgal



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH TEGAL SARI - II
SMP SWASTA MUHAMMADIYAH - 5
NPSN : 10257324 NSS : 204076009289 NDS : 2007120189 AKREDITASI : B
Jl. Bromo Gg. Aman No.38 Kec. Medan Denai Telp. 061-7356659
KOTA MEDAN 20226

SURAT KETERANGAN RISET

Nomor : 28 / KET / IV.4 / A / 2020

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. LUQMAN
NIP : -
Pangkat / Gol. Ruang : -
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMP Muhammadiyah 5 Medan

Menerangkan Bahwa :
Nama : **Irma Dwi Ariani**
NIM : 1602080057
Jurusan /Program Studi : Bimbingan Konseling
Judul Penelitian : **"Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Pengelolaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Behavior Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 05 Medan."**

Benar Nama Tersebut Diatas Telah Melaksanakan Riset pada tanggal 18 Juli s/d 18 Agustus 2020 di SMP Muhammadiyah 05 Medan.

Demikian Surat Keterangan Ini Di Berikan Guna Melengkapi Data – Data Dalam Penyusunan Skripsi Untuk Mencapai Gelar S-1.



Medan, 18 Agustus 2020

Kepala SMP MUHAMMADIYAH 05 MEDAN

Drs. LUQMAN

