

**PENERAPAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
KOMPETENSI INTRAPERSONAL SISWA KELAS X IPA
SMA HARAPAN MEKAR MEDAN TAHUN
PEMBELAJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh:

DEVI SAKINAH NASUTION

NPM. 1502080150



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

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

MEDAN

2019

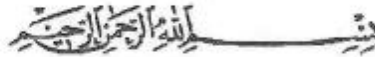


MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Webside : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata I
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 Sabtu, 21 September 2019, pada pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa :

Nama Lengkap : Devi Sakinah Nasution
NPM : 1502080150
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa Kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

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

Ketua,

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



Sekretaris,

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Drs. Zahrudin Nur, M.M
2. Dra. Jamila, M.Pd
3. Deliaty, S.Ag, S.Pd, M.Ag

- 1.
- 2.
- 3.



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

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang diajukan oleh Mahasiswa/i di bawah ini :

Nama Lengkap : Devi Sakinah Nasution
NPM : 1502080150
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa Kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

Sudah layak disidangkan

Medan, September 2019

Pembimbing

Deliati, S.Ag, S.Pd, M.Ag

Diketahui Oleh :



Dekan

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

Ketua Prodi

Dra. Jamila, M.Pd

Unggul | Cerdas | Terpercaya

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Devi Sakinah Nasution
N.P.M : 1502080150
Prog. Studi : Pendidikan Bimbingan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa Kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul diatas belum pernah diteliti 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 tempah (dibuat) oleh orang lain dan juga tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas 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, Mei 2019

Hormat saya

Yang membuat pernyataan,



Devi Sakinah Nasution

Diketahui oleh
Ketua Program Studi
Pendidikan Bimbingan dan Konseling



Dra. Jamila, M.Pd



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Nama : Devi Sakinah Nasution
NPM : 1502080150
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa Kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	Keterangan
26 Agustus 2019	Bimbingan Bab IV (penulisan)	2	
29 Agustus 2019	Bimbingan Bab IV (observasi wawancara)	2	
2 September 2019	Perbaikan penulisan Bab IV	2	
3 September 2019	Bimbingan Bab IV	2	
4 September 2019	Bimbingan Perbaikan Abstrak	2	
5 September 2019	Dajukan untuk sidang Meja bundar	2	

Medan, September 2019

Diketahui Oleh:
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing


Deliati, S.Ag, S.Pd, M.Ag

Abstrak

DEVI SAKINAH NASUTION, 1502080150. “Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa Kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019”. Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan. Sedangkan tujuannya adalah untuk mengetahui penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan. Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah kelas X IPA yang berjumlah 59 siswa. Sedangkan yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah siswa yang mengalami kompetensi intrapersonal rendah yang berjumlah 8 orang. Adapun instrument dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi dilakukan dengan Kepala Sekolah, Guru Bimbingan dan Konseling, dan Siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar. Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Dari hasil penelitian diketahui bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan. Hal ini dapat dilihat dari perubahan tingkah laku siswa yang mengikuti konseling kelompok.

Kata kunci : *Layanan Konseling Kelompok, Kompetensi Intrapersonal Siswa*

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammada SAW yang telah membimbing umat manusia dari alam kegelapan menuju alam yang terang benderang serta dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Skripsi ini sebagai salah satu syarat bagi setia mahasiswa/i yang akan menyelesaikan studinya di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mengalami kesulitan, baik ketika melaukan pengumpulan data dilapangan, maupun ketika menyusun dan menulis skripsi ini namun berkat adanya dorongan, motivasi serta do'a terutama dari keluarga, dosen pembimbing, sahabat, orang terdekat, teman seperjuangan, para dosen maupun pegawai akademik sehingga penulis skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga kepada **ayahanda H. Usman Ali Nasution dan ibunda Hj. Nurhamidah Nasution** yang telah menndidik dan membesarkan penulis dengan seluruh jiwa dan raga mereka, yang tak pernah mengenal lelah dan letih untuk

memberikan yang terbaik sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Penulis juga mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada **Ibunda Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag.**, yang telah sabar dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis sampai skripsi ini selesai.

Selanjutnya ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Dr. Agussani, M.AP, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (UMSU).
2. Bapak Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibunda Dra. Jamila, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.M., selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan bantuan, bimbingan, saran, dan ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti perkuliahan.
6. Seluruh Staff Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Atas kelancaran proses administrasinya.
7. Bapak Hafizan, S.Pd., selaku kepala sekolah SMA Harapan Mekar.

8. Teman-teman seperjuangan dikala suka duka dikampus Widya Aulia, Maya, Dara, Hepy, Revi, Tiwi, Uswa. Teman-teman BK C Pagi 2015 yang tak mampu namanya ditulis satu persatu. Terimakasih penulis ucapkan untuk kalian semua atas kerja samanya dalam menjalani perkuliahan selama ini dalam keadaan sukamau pun duka.
9. Teman yang sudah menjadi saudara dan keluarga dikos siguntang 32, Tia, Mahrani, Rani, Nirma.
10. Dan seluruh Saudara/i penulis dimana pun berada.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah diberikan kepada penulis, dan menjadi amal saleh serta mendapat pahala dari Allah, dengan iringan doa dan semoga dilimpahkan rahmat-Nya. Aminn.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta menambah pengetahuan penulis. Apabila dalam penulisan skripsi ini terdapat kesalahan atau kata-kata yang kurang berkenaan penulis mengharap maaf yang sebesar-besarnya.

Medan, 2019

Peneliti

Devi Sakinah Nasution

NPM: 1502080150

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II: LANDASAN TEORITIS	
A. Kerangka Teoritis	7
1. Layanan Konseling Kelompok	7
1.1 Pengertian Konseling Kelompok	7
1.2 Fungsi Konseling Kelompok.....	8
1.3 Tujuan Konseling Kelompok	9
1.4 Indikator Layanan Konseling Kelompok	10
1.5 Asas-asas Konseling Kelompok	10
1.6 Komponen Konseling Kelompok	12

1.7 Tahapan Konseling Kelompok.....	14
2. Kompetensi Intrapersonal	16
2.1. Pengertian Kompetensi Intrapersonal	16
2.2. Ciri-ciri Kompetensi Intrapersonal	17
2.3 Aspek-aspek Kompetensi Intrapersonal	18
B. Kerangka Konseptual	19
BAB III: METODE PENELITIAN	
A. Lokasi Dan Waktu	21
B. Subjek dan Objek Penelitian	22
C. Defenisi Operasional Variabel	23
D. Instrument Pengumpulan Data	23
E. Teknik Analisis Data	24
BAB IV: HASIL PEMBAHASAN DAN PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Sekolah.....	26
B. Deskripsi Hasil Penelitian.....	29
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	60
D. Keterbatasan Penelitian.....	65
BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA.....	69

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian.....	20
Tabel 3.2 Subjek Penelitian	21
Tabel 3.3 Objek Penelitian.....	21
Tabel 4.1 Data Guru SMA Harapan Mekar Medan.....	27
Tabel 4.2 Data Siswa	27
Tabel 4.3 Fasilitas dan Kondisi dalam Sekolah.....	28
Tabel 4.4 Data Ruang Lain	28
Tabel 4.5 Tabel Jadwal Penelitian SMA Harapan Mekar.....	30
Tabel 4.6 Topik Konseling Kelompok.....	35
Tabel 4.7 Nilai Yang Diperoleh Pada Pertemuan Pertama.....	41
Tabel 4.8 Nilai Yang Diperoleh Pada Pertemuan Kedua	46
Tabel 4.9 Nilai Yang Diperoleh Pada Pertemuan Ketiga	51

Daftar Lampiran

- Lampiran 01 : Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 02 : Hasil Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 03 : Hasil Wawancara dengan Wali Kelas
- Lampiran 04 : Hasil Wawancara dengan Siswa
- Lampiran 05 : Pedoman Observasi Wali Kelas
- Lampiran 06 : Pedoman Observasi Guru Bimbingan dan Konseling
- Lampiran 07 : Pedoman Observasi Siswa
- Lampiran 08 : Rencana Pelaksanaan Layanan
- Lampiran 09 : Dokumentasi
- Surat Peromohonan Persetujuan Judul Skripsi (K-1)
- Surat Peromohonan Persetujuan Proyek Proposal (K-2)
- Surat Pengesahan Proposal dan Dosen Pembimbing (K-3)
- Berita Acara Bimbingan Proposal
- Berita Acara Seminar Proposal
- Lembar Hasil Pengesahan Hasil Seminar Proposal
- Surat Pernyataan
- Surat Keterangan Plagiat
- Surat Permohonan Penelitian
- Surat Balasan Penelitian
- Lembar Pengesahan Skripsi
- Berita Acara Bimbingan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut UU RI No. 20 Pasal 1 Ayat 1 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Prayitno, 2017: 6).

Arti pendidikan nasional tersebut berkesesuaian dengan peran peserta didik sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial senantiasa melakukan hubungan interpersonal dengan sesamanya, sedangkan sebagai makhluk individu senantiasa melakukan hubungan intrapersonal dengan dirinya sebagai upaya pengendalian diri, meningkatkan kualitas kepribadian dan keterampilan untuk mengembangkan potensi diri baik bagi dirinya maupun kehidupan masyarakat, bangsa dan negara.

Salah satu bentuk bantuan yang diberikan diantara Pelayanan Bimbingan dan Konseling. Pelayanan Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan usaha membantu peserta didik dalam pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karir. Pelayanan bimbingan dan konseling ini juga memfasilitasi pengembangan peserta didik,

secara individual, kelompok dan atau klasikal, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, minat, perkembangan, kondisi serta peluang-peluang yang dimiliki. Pelayanan ini juga membantu mengatasi kelemahan dan hambatan serta masalah yang dihadapi peserta didik.

Individu berusaha mengembangkan kemampuan intrapersonal dan interpersonal dalam kehidupannya. Kemampuan intrapersonal merupakan salah satu dimensi dari kecakapan pribadi yang terfokus pada upaya atau kemampuan individu untuk memahami dirinya sedangkan kemampuan interpersonal merupakan kecakapan yang dimiliki individu dalam memahami dan bekerja sama dengan orang lain.

Kompetensi intrapersonal atau kompetensi intrapribadi menurut Cavanagh & Levitov (2002) yaitu kemampuan yang dipelajari individu agar dapat berhubungan secara baik dengan dirinya. Apabila orang mampu berhubungan dengan dirinya secara efektif, maka akan efektif pula dalam berhubungan dengan orang lain. Sebaliknya kegagalan dalam berhubungan dengan diri sendiri dapat menimbulkan kegagalan dalam berhubungan dengan orang lain.

Kompetensi intrapersonal menurut Cavanagh & Levitov (2002) terdiri dari tiga aspek yaitu pengetahuan diri (*self knowledge*), pengarahan diri (*self direction*), dan penghargaan diri (*self esteem*). Pengetahuan diri adalah kemampuan individu untuk memahami dirinya secara baik meliputi kekuatan, kelemahan, kebutuhan, perasaan dan motif. Pengarahan diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan hidupnya dan bertanggung jawab penuh terhadap konsekuensi dan perilakunya. Penghargaan diri adalah kemampuan individu untuk

memandang dirinya bermanfaat, berkemampuan, dan berkebakjikan. Penjelasan kompetensi intrapersonal menurut Cavanagh & Levitov ini merupakan kemampuan yang dipelajari oleh individu agar dapat berhubungan secara baik dengan dirinya yang meliputi pengetahuan diri, pengarahan diri, dan penghargaan diri.

Masa SMA yang memiliki rentang usia 15-18 tahun bisa dikatakan merupakan masa peralihan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa atau yang lebih sering kita kenal dengan istilah masa remaja. Masa remaja merupakan suatu tahap transisi menuju ke status yang lebih tinggi yaitu status sebagai orang dewasa. Berdasarkan teori perkembangan, masa remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan pencapaian.

Peran sekolah membantu siswa memperkuat kompetensi intrapersonal sehingga derajat fungsi daya psikis siswa secara keseluruhan menjadi baik. Kompetensi intrapersonal sangatlah penting dalam kehidupan sosial, begitu pun pemenuhan kebutuhan sangat penting karena ketiga aspek tersebut menghantarkan siswa pada kebahagiaan dan kepribadian yang sehat serta sukses sebagai pribadi dan juga sukses dalam kehidupan sosial.

Dalam mengatasi setiap permasalahan yang dialami siswa yang berkaitan dengan bidang sosial, belajar, pribadi, dan karir siswa upaya membantu optimalisasi kemampuan dan potensi yang ada dalam diri siswa, terdapat layanan konseling kelompok. Dengan layanan konseling kelompok siswa akan berlatih mengungkapkan permasalahan yang dialami yang berkaitan dengan kompetensi

intrapersonalnya yang kurang berkualitas dan berusaha memecahkannya secara bersama dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok juga dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam upaya meningkatkan kompetensi intrapersonal pada siswa.

Demikian halnya yang terjadi di SMA Harapan Mekar beberapa siswa yang mengalami hambatan terhadap pemahaman diri, pengendalian diri, percaya diri, menghargai diri, menerima diri sebagai orang yang berharga serta kehilangan motivasi dalam belajar sehingga seringkali putus asa, kehilangan arah, mudah dipengaruhi orang lain, dan kurang kemampuan membuat keputusan. Fenomena tersebut menguatkan bahwa remaja masih kurang dalam hubungan intrapersonal dengan dirinya sehingga mudah terbawa arus oleh lingkungannya.

Dari latar belakang diatas, berdasarkan berbagai keadaan dan permasalahan yang telah diuraikan penulis mencoba mengangkat penelitian yang berjudul “Penerepan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa Kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, adapun identifikasi masalah :

1. Masih ada siswa yang kurang memahami diri, percaya diri, serta menghargai diri .
2. Masih ada siswa yang kehilangan motivasi dalam belajar.
3. Masih ada siswa yang kurang mampu membuat keputusan.

4. Layanan konseling kelompok yang belum efektif untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa.
5. Kurangnya pemberian materi tentang kompetensi intrapersonal pada siswa.

C. Batasan Masalah

Masalah dalam penelitian ini dibatasi pada penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA penelitian ini akan dilakukan di SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.

D. Rumusan Masalah

Dalam latar belakang telah dijelaskan tentang penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:
Bagaimana Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa Kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan penelitian adalah “untuk mengetahui penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019”.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis, adapun manfaat dari kedua hal ini diuraikan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling yang berhubungan dengan penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Kepala Sekolah, agar dapat dijadikan model untuk memberikan layanan konseling kelompok bagi siswa.
- b. Bagi Guru BK, sebagai bahan masukan tentang pentingnya Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal siswa.
- c. Bagi Peneliti lain yang ingin mengadakan penelitian dengan masalah yang sejenis, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar penelitian yang dilakukan.
- d. Bagi Calon Konselor, menjadikan pengalaman ini sebagai masukan ketika peneliti sudah berada di dunia kerja sebagai konselor.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Layanan Konseling Kelompok

1.1 Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran.

Menurut Gazda (2011:198) konseling kelompok adalah sebagai berikut: “Konseling kelompok merupakan hubungan antara beberapa konselor dan beberapa klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari”. Ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini bertujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya.

Menurut Rusmana (2009:29) menyatakan bahwa “konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada individu (konseli) yang dilakukan dalam suasana kelompok, bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya”. Konseling kelompok pada dasarnya adalah individu-individu normal yang memiliki berbagai kepedulian dan persoalan, yang tidak memerlukan perubahan kepribadian dalam penangannya.

Konseli dalam konseling kelompok dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu, untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu.

Sedangkan menurut Latipun (2011:199) konseling kelompok adalah bentuk konseling yang membantu beberapa klien normal yang diarahkannya mencapai fungsi kesadaran secara efektif. Konseling kelompok biasanya dilakukan untuk jangka waktu pendek atau menengah.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai konseling kelompok diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok ialah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli, yang bertemu dengan 1-2 konselor dalam suatu kelompok. Hal ini bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhan yang bersifat preventif sekaligus penyembuhan.

1.2 Fungsi Konseling Kelompok

Menurut Nurihsan, J (2006: 24) menyatakan bahwa konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu dan fungsi layanan preventif, yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu. Sebagaimana diesbutkan di atas bahwa konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan.

1.3 Tujuan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok yang diberikan seorang konselor kepada anggota memiliki tujuan serta sasaran yang hendak dicapai setiap anggota. Menurut Prayitno (2017 : 237-238) Konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan yaitu:

- a. Mampu berbicara di muka orang banyak
- b. Mampu mengeluarkan pendapat, ide, sasaran, tanggapan, perasaan kepada orang banyak
- c. Belajar menghargai pendapat orang lain
- d. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya
- e. Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi (gejolak kejiwaan yang bersifat negatif)
- f. Dapat bertenggang rasa
- g. Menjadi akrab satu sama lainnya
- h. Dapat saling membantu memecahkan masalah pribadi yang dikemukakan dalam kelompok

Menurut Wiener menyatakan bahwa tujuan dari konseling adalah sebagai media terapeutik bagi klien, karena dapat meningkatkan pemahaman diri dan berguna untuk perubahan tingkah lakusecara individual. (Namora 2011:205).

Sedangkan menurut Mulyadi konseling kelompok bertujuan untuk berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan bersosialisasinya.

Melalui konseling kelompok, individu akan mampu meningkatkan kemampuan mengembangkan pribadi, mengatasi masalah-masalah pribadi, terampil dalam mengambil alternatif dalam memecahkan masalahnya, serta memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu

untuk melakukan tindakan yang selaras dengan kemampuannya semaksimal mungkin melalui perilaku perwujudan diri.

Jadi, berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat dipahami bahwa tujuan dari konseling adalah melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak, melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya, dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing.

1.4 Indikator Konseling Kelompok

Adapun indikator dari konseling kelompok yaitu:

- a. Dapat mengembangkan kemampuan sesuai dengan potensi yang dimilikinya.
- b. Bersifat perbaikan untuk menyelesaikan masalahnya (individu).
- c. Menumbuhkan empati dan dorongan yang memungkinkan terciptanya rasa saling percaya dan saling peduli yang diawali antar sesama anggota kelompok.
- d. Pembicaraannya bersifat rahasia.

1.5 Asas-asas Layanan Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

- a. Asas Kerahasiaan, yaitu semua yang hadir harus menyimpan dan merahasiakan apa saja, data dan informasi yang didengar dan dibicarakan dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh dan tidak layak

diketahui oleh orang lain. Para peserta berjanji tidak akan membicarakan hal-hal yang bersifat rahasia di luar kelompok.

- b. Asas Keterbukaan, yaitu semua peserta bebas dan terbuka mengeluarkan pendapat, ide, saran, dan apa saja yang dirasakannya dan dipikirkannya; tidak merasa takut, malu atau ragu-ragu, dan bebas berbicara tentang apa saja, baik tentang dirinya, sekolah, pergaulan, keluarga.
- c. Asas Keseukarelaan, yaitu semua peserta dapat menampilkan dirinya secara spontan tanpa disuruh-suruh atau malu-malu atau dipaksa oleh teman yang lain atau oleh Pemimpin Kelompok
- d. Asas Kegiatan, yaitu hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.
- e. Asas Kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dan yang dilakukan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan peraturan yang berlaku; semua yang dilakukan dan dibicarakan dalam konseling kelompok harus sesuai dengan norma adat, norma agama, norma hukum, norma ilmu, dan kebiasaan-kebiasaan yang berlaku.
- f. Asas Kekinian, yaitu masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang membutuhkan

penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah waktu kecil.

1.6 Komponen Dalam Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok berperan dua pihak, yaitu pemimpin kelompok dan peserta atau anggota kelompok sebagai berikut:

1. Pimpinan Kelompok

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

a. Karakteristik pemimpin kelompok

Untuk menjalankan tugas dan kewajiban profesionalnya pemimpin kelompok adalah:

1. Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antara anggota kelompok yang bebas, terbuka dan demokratis, konstruktif, saling mendukung dan meringankan beban, menjelaskan, memberikan pencerahan, memberikan rasa nyaman dan tenang.
2. Berwawasan luas dan tajam sehingga mampu mengisi, menjembatani, meningkatkan, memperluas dan mensinergikan konten bahasa yang tumbuh dalam aktifitas kelompok.

3. Memilih kemampuan hubungan antarpribadi yang hangat dan nyaman, sabar dan member kesempatan, demokratik dan kompromistik (tidak antagonis) dapat mengambil kesimpulan dan keputusan.

Keseluruhan karakteristik diatas membentuk pemimpin kelompok yang berwibawa dihadapan dan ditengah-tengah kelompoknya. Kewibawaan ini harus dapat dirasakan secara langsung oleh para anggota kelompok. Dengan kewibawaan itu pemimpin kelompok menjadi tali ikatan kelompok, menjadi panutan bertingkah laku dalam kelompok.

b. Peran pemimpin kelompok

Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok adalah:

1. Pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta 8-10 orang sehingga tercapai syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok yaitu:
 - a. Terjadinya hubungan antara anggota kelompok, menuju keakraban diantara mereka.
 - b. Tumbuhnya tujuan bersama diantara anggota kelompok, dalam suasana keakraban.
 - c. Berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok.
 - d. Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara dan tidak menjadi yes-men.
 - e. Terbinanya kemandirian kelompok, sehingga kelompok ini berusaha dan mampu “tampil berbeda” dari kelompok lain. Berdasarkan keterampilan

termasuk penggunaan permainan kelompok, perlu ditetapkan pemimpin kelompok dalam pembentukan kelompok.

2. Peranan anggota kelompok

Tidak semua kumpulan orang atau individu dapat dijadikan anggota konseling kelompok. Untuk terselenggaranya konseling kelompok seorang konselor harus membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana tersebut diatas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok.

Terselenggaranya dinamika kelompok yang benar-benar hidup mengarah tujuan yang ingin dicapai dan membuhkan manfaat bagi masing-masing anggota kelompok sangat menentukan. Peran yang dimainkan oleh anggota kelompok hendaknya melibatkan diri dalam suasana keakraban, mencurahkan segenap perasaan aktif dan kreatif dalam seluruh kegiatan, berkomunikasi secara terbuka, berusaha membantu anggota yang lain, member kesempatan anggota yang lain untuk berperan serta dan menyadari pentingnya kegiatan kelompok.

1.7 Tahapan Konseling Kelompok

Di dalam konseling kelompok terdapat tahapan-tahapan yang harus dilakukan oleh pihak penyelenggara. Menurut Prayitno (2017: 245-252), tahap dan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok terdiri dari tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan pokok, tahap penyimpulan hasil

dan pengakhiran. Selanjutnya masing-masing dari tahapan tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap Pembentukan, tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau proses memasukan diri ke dalam kehidupan kelompok. Hal-hal yang dibicarakan dalam tahap ini meliputi penjelasan tentang pengertian, tujuan, cara-cara pelaksanaan dan asas-asas yang dipergunakan dalam konseling kelompok. Kegiatan ini diikuti dengan perkenalan secara lebih luas dan mendalam antara seluruh peserta dan pemimpin kelompok.
2. Tahap Peralihan, suasana ketidakseimbangan mewarnai tahap ini; disana terjadi konflik, konfrontasi dan keengganan dalam diri masing-masing anggota. Para anggota dituntut untuk membuka diri; bahkan mengemukakan masalah pribadinya masing-masing. tahap ini merupakan tahap untuk menghantarkan anggota ke tahap berikutnya. Pemimpin kelompok memantapkan asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, kegiatan, kenormatifan, dan kekinian kepada seluruh anggota, sehingga mereka mampu menjalani suasana dalam tahap berikutnya nanti dengan baik.
3. Tahap Kegiatan Pokok, tahap ini merupakan kehidupan yang sebenarnya dari kegiatan kelompok. Kegiatan kelompok pada tahap ini berjalan dengan baik karena didukung oleh keberhasilan kedua tahap sebelumnya, yaitu tahap pembentukan dan tahap peralihan. Karena kelompok ini jenis kelompok bebas, maka setiap anggota secara bebas dan terbuka mengemukakan pikiran dan perasaannya. Setiap anggota mengemukakan pikiran dan perasaannya secara bergantian.

4. Tahap Penyimpulan Hasil dan Pengakhiran, pada tahap ini perhatian ditunjukkan kepada hasil yang dicapai oleh seluruh anggota kelompok. Untuk itu, pemimpin kelompok meminta para anggota untuk menyimpulkan hasil yang diperoleh dan memberikan kesan-kesan tentang kegiatan yang telah ditakutkan. Setelah itu, dilanjutkan dengan penetapan waktu dan tempat pertemuan selanjutnya, yaitu seminggu kemudian di tempat yang sama.

2. Kompetensi Intrapersonal

2.1 Pengertian Kompetensi Intrapersonal

Kemampuan intrapersonal terkait pemahaman akan diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki seringkali tidak berkesesuaian dengan kondisi remaja. Menurut Michael & Justin mengemukakan bahwa “kompetensi intrapersonal adalah kemampuan yang dipelajari, yang membantu individu untuk berelasi secara baik dengan dirinya sendiri. (Erhamwilda 2015:9).

Menurut Sarlito (2012: 94) kompetensi intrapersonal adalah kemampuan utama dalam intropeksi dan refleksi diri. Mereka paham akan dirinya dan mengenali keunikan dirinya dibanding dengan orang lain. Mereka juga mampu meramalkan reaksi dan emosinya sendiri.

Sedangkan menurut Menurut Moh Surya kompetensi intrapersonal adalah kecakapan yang dapat membantu orang berhubungan secara baik dengan dirinya. Apabila orang mampu berhubungan dengan dirinya secara efektif, maka efektif pula dalam hubungan dengan orang lain. Sebaliknya

kegagalan dalam hubungan dengan diri sendiri dapat menimbulkan kegagalan dalam berhubungan dengan orang lain (Erhamwilda 2015:9).

Dari beberapa pengertian kompetensi intrapersonal di atas, maka dapat diuraikan bahwa kompetensi intrapersonal adalah kemampuan berhubungan secara baik dengan dirinya sendiri.

2.2 Ciri-ciri Kompetensi Intrapersonal

Adapun ciri-ciri kompetensi intrapersonal Menurut Amstrong (<https://dosenpsikologi.com/kecerdasan-intrapersonal>) :

- a. Memiliki waktu untuk bermeditasi, merenung, intropeksi diri, dan memikirkan berbagai masalah.
- b. Suka terhadap topik mengenai pengembangan kepribadian diri dan sering menghadiri acara- acara konseling atau seminar kepribadian agar lebih memahami diri.
- c. Mampu menghadapi masalah, hambatan, kegagalan dengan baik.
- d. Memiliki minat, hobi, dan cara bersenang senang yang diperuntukkan dirinya sendiri.
- e. Memiliki tujuan tujuan hidup jangka pendek dan jangka panjang yang selalu dipikirkan secara kontinyu.
- f. Mampu menganalisa kekurangan dan kelebihan diri yang ditinjau dari pandangan pihak lain.
- g. Lebih suka menghabiskan waktu untuk diri sendiri dan jauh dari keramaian.
- h. Memiliki kemandirian dan keinginan yang kuat.

- i. Dapat mengespresikan perasaan dan menulis pengalaman pribadinya dalam buku diari.
- j. Memiliki semangat yang kuat untuk mewujudkan keinginan dan berusaha sendiri.

2.3 Aspek-aspek yang Mempengaruhi Kompetensi Intrapersonal

Menurut Michael & Justin (dalam Erhamwilda 2015:11) hubungan intrapersonal berkaitan dengan tiga kompetensi, yaitu:

1. Self Knowledge adalah satu bentuk ideal dari mental yang sehat, tetapi tidak umum terjadi orang mempunyai pengetahuan yang penuh tentang dirinya. Ada tiga sumber informasi yang tersedia bagi individu untuk mencari pengetahuan tentang dirinya:
 - a. Dunia fisik, umumnya lebih mudah terlihat, dan mudah diukur sebagai sumber informasi menyangkut berat, tinggi, kuat, lemah diri seseorang yang bisa diukur dan dilihat.
 - b. Dunia sosial, membedakan sifat dari pandangan sendiri berarti orang memasuki dunia sosial ketika mencari informasi tentang dirinya.
 - c. Dunia psikologis, menggambarkan dunia dalam diri kita. Ada tiga proses yang mempengaruhi bagaimana kita memperoleh pengetahuan tentang diri sendiri: (1) intropeksi, (2) proses persepsi diri, (3) penghubungan sederhana.
2. Self Direction atau pengarahan diri merupakan kemampuan individu mengarahkan kehidupannya dan bertanggung jawab penuh untuk konsekuensi dari setiap perilakunya. Semakin mampu orang mengarahkan

perilakunya sendiri, semakin ia hidup menurut sifat dasarnya dan semakin baik mengembangkan satu penampilan perilaku yang konsisten. Beberapa prinsip dasar self direction, sebagai berikut:

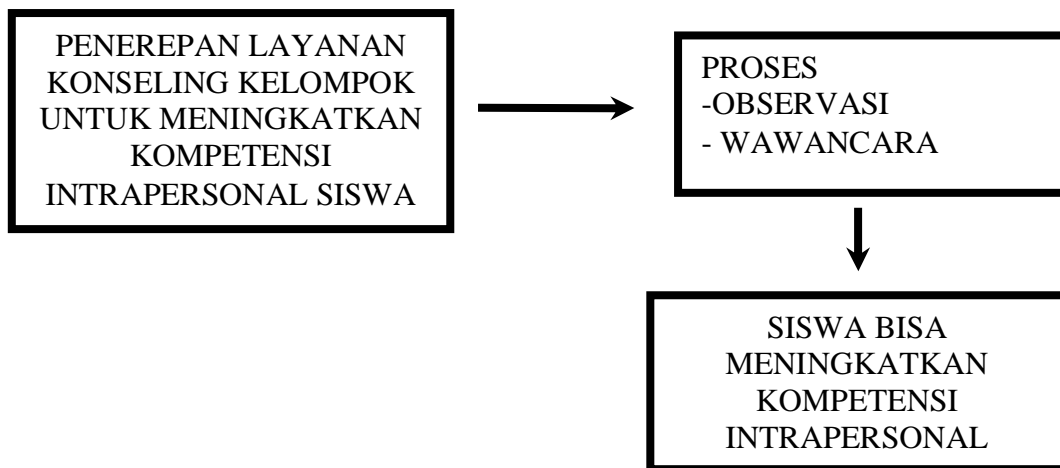
- a. Freedom adalah orang memiliki kebebasan untuk memilih sendiri hal esensial dalam hidupnya, misal dimana, bagaimana ia bekerja dan hidup.
 - b. Authority adalah kemampuan mengontrol beberapa target, misalnya: mengontrol uang, membuat kontrak
 - c. Support adalah kemampuan mengorganisasikan dukungan dengan cara yang unik, misal butuhkan dukungan untuk merawat diri sendiri, aktif di masyarakat.
 - d. Responsibility adalah bertanggung jawab sesuai hukum. Misal membuat keputusan yang bertanggung jawab.
 - e. Confirmation adalah mengenai bahwa sebagai individu tidak dapat berdiri sendiri dia bagian dari sistem, sehingga ia harus mengontrol.
3. Self Esteem adalah kemampuan seseorang merasakan dirinya sendiri sebagai orang yang berguna, mampu, dan penuh kebaikan.

B. Kerangka Konseptual

Layanan konseling kelompok ialah Konseling kelompok merupakan hubungan antara beberapa konselor dan beberapa klien yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari. Ia menyatakan bahwa konseling kelompok ini bertujuan untuk memberikan dorongan dan pemahaman pada klien untuk memecahkan masalahnya.

Kompetensi intrapersonal adalah kecakapan yang dapat membantu orang berhubungan secara baik dengan dirinya. Apabila orang mampu berhubungan dengan dirinya secara efektif, maka efektif pula dalam hubungan dengan orang lain. Sebaliknya kegagalan dalam hubungan dengan diri sendiri dapat menimbulkan kegagalan dalam berhubungan dengan orang lain.

Skema Kerangka Konseptual



BAB III
METODE PENELITIAN

A. Lokasi Dan Waktu

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Harapan Mekar yang berlokasi di jalan Marelan Raya No. 77, Kel Rengas Pulau, Kec. Medan Marelan, Kota Medan, Sumatera Utara.

2. Waktu Penelitian

Adapun pelaksanaan penelitian ini penulis lakukan tahun pembelajaran 2018/2019 yaitu jadwal penelitian mulai dari bulan Juni sampai September.

Dengan jadwal sebagai berikut:

Tabel 3.1 Waktu Penelitian

No	Jenis Kegiatan	Bulan/Minggu																											
		Maret				April				Mei				Juni				Juli				Agustus				September			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pra Riset	■	■																										
2	Penulisan Proposal			■	■																								
3	Bimbingan Proposal					■	■	■	■																				
4	Seminar Proposal									■																			
5	Riset																	■	■	■	■								
6	Bimbingan Skripsi																					■	■	■	■				
7	Persetujuan Skripsi																									■			
8	Sidang Meja Hijau																										■	■	■

B. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah Guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas dan siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar.

Tabel 3.2

Subjek Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1.	X IPA 1	30 Siswa
2.	X IPA 2	29 Siswa
Jumlah		59 Siswa

2. Objek Penelitian

Karena penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang tujuannya untuk menganalisis kejadian, maka pengambilan objek tidak ditentukan seperti penelitian kuantitatif. Oleh karena itu peneliti mengambil 8 orang dari kelas X IPA 1 dan kelas X IPA 2 SMA Harapan Mekar Medan.

Tabel 3.3

Objek Penelitian

No.	Kelas	Subjek	Objek
1.	X IPA 1	30 Siswa	4 Siswa
2.	X IPA 2	29 Siswa	4 Siswa
Jumlah		59 Siswa	8 Siswa

C. Defenisi Operasional Variabel

Setelah mengidentifikasi variabel, maka dapat dirumuskan defenisi operasional penelitian sebagai berikut:

1. **Konseling kelompok** adalah upaya bantuan untuk dapat memecahkan masalah siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok.
2. **Kompetensi intrapersonal** adalah kemampuan berhubungan secara baik dengan dirinya sendiri.

D. Instrument Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan penelitian ini digunakan alat atau instrument yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi.

1. Observasi

Observasi atau pengamatan menurut Sugiono (2006: 310) dapat diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Observasi ini menggunakan observasi partisipasi, dimana peneliti terlibat langsung dengan kegiatan sehari - hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Dalam observasi secara langsung, peneliti berlaku sebagai pengamatan penuh yang dapat melakukan pengamatan terhadap gejala atau proses yang terjadi di dalam situasi yang sebenarnya langsung diamati observer, juga sebagai pemeran serta partisipan yang ikut melaksanakan proses layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa di SMA Harapan Mekar kelas X baik didalam kelas maupun di luar kelas.

2. Wawancara

Menurut Sugiono (2009:29) Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit atau kecil dan Responden dalam wawancara ini adalah Guru Bimbingan dan Konseling.

3. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode data mengenai hal-hal yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, agenda serta foto-foto. Metode dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk melengkapi data dari hasil observasi dan wawancara. Hanya saja dokumentasi dalam penelitian ini memakai foto-foto, guru bimbingan dan konseling dan staf pengajar lainnya.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian dalam melakukan penelitian. Dalam penelitian kualitatif, analisa data yang telah ditemukan sejak pertama peneliti datang kelokasi penelitian yang dilaksanakan secara intensif sejak awal pengumpulan data lapangan sampai akhir data terkumpul semua. Analisis data dipakai untuk memberikan arti dari data-data yang telah dikumpulkan. Analisis data merupakan proses pengaturan urutan data, mengorganisasikan dalam suatu pola dan ukuran untuk dijadikan suatu kesimpulan, jadi analisis berdasarkan pada data yang telah diperoleh dari penelitian yang sifatnya terbuka.

Berdasarkan uraian diatas, maka prosedur analisis data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut :

a. Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok memfokuskan pada hal-hal yang penting dicari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu.

b. Penyajian Data

Data disajikan dapat berupa uraian singkat, bagan, hubungan antar katagori, Flow Chart dan sejenisnya. Adapun dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk deskriptif atau naratif.

c. Penarikan Kesimpulan

Peneliti menarik kesimpulan dari data yang telah diperoleh dan dikelompokkan. Dalam hal ini akan tergantung pada kemampuan peneliti dalam merinci fokus masalah yang benar-benar menjadi pusat perhatian untuk telaahsecara mendalam, melacak, menatat, mengorganisasikan setiap data yang relevan untuk masing-masing fokus maslah yang telah ditelaah, menyatakan apa yang telah dimengerti secara utuh tentang suatu masalah yang diteliti.

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dianalisis dengan cara mencatat yang menghasilkan catatan lapangan, dengan memberikan kode agar sumber mudah ditelusuri, sehingga diperoleh gambaran secara lengkap bagaimana Penerapan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal di SMA Harapan Mekar Medan.

BAB IV

HASIL PEMBAHASAN DAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Sekolah

1. Identitas Sekolah

1. Nama Sekolah : SMA Harapan Mekar
2. Alamat :
 - Jalan : Marelan Raya No. 77 / Rengas Pulau
 - Telepon : (061) 6859065
3. Kecamatan : Medan Marelan
4. Kota : Medan
5. Provinsi : Sumatera Utara
6. NSS : 304076011250
7. Jenjang Akreditasi : Terdaftar
8. Tahun Didirikan : 2001
9. Tahun Beroperasi : 2001
10. Kepemilikan Tanah : Yayasan
 - Status Tanah : SHM P
 - Luas Tanah : 6000 M2
11. Status Bangunan Milik : Yayasan
12. Luas Seluruh Bangunan : 1000 M2

2. Visi dan Misi Sekolah

a. Visi

Membentuk peserta didik menjadi insan yang cerdas, trampil sehat jasmani dan Rohani berbudaya dan memiliki wawasan kewirausahaan berdasarkan keimanan dan ketakwaan Kepada Tuhan Yang Maha Esa

b. Misi

1. Meningkatkan keimanan dan ketakwaan melalui bimbingan dan kegiatan keagamaan
2. Meningkatkan prestasi akademik dan non akademik melalui kegiatan peningkatan mutu pembelajaran dan sarang pembelajaran
3. Meningkatkan kreativitas peserta didik melalui kegiatan potensi diri
4. Meningkatkan keterampilan dan apresiasi peserta didik dibidang ilmu pengetahuan, teknologi, sosial budaya dan Seni melalui “Constructivisme Learning” dan interasi global.
5. Meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani melalui bimbingan dan kegiatan olahraga dan keagamaan.
6. Meningkatkan jiwa kewirausahaan melalui Pembinaan Kewirausahaan dan kegiatan pengembangan wawasan khusus.
7. Meningkatkan dan mengembangkan efesiensi pembelajaran baik secara lokal nasional dan internasional.
8. Meningkatkan layanan informasi pendidikan berbasis teknologi informasi komunikasi.

3. Data Guru dan Data Siswa

Tabel 4.1

Data Guru di SMA Harapan Mekar

Jumlah Guru/ Staf	SMA Negeri	Jumlah Guru/ Staf	SMA Swasta	Keterangan
Guru Tetap (PNS)		Guru Tetap Yayasan	22 org	
Guru Kontrak/ Guru Bantu		Guru Kontrak/ Guru Honor		
Guru Honor Sekolah		Guru PNS dipekerjakan (Dpk)		
Staf Tata Usaha		Staf Tata Usaha	1 org	

Tabel 4.2

Data Siswa dalam 4 tahun terakhir

Thn Ajaran	Jlh. Pendaftar	Kelas I		Kelas II		Kelas III		Jlh. (Kelas I+II+III)	
		Siswa	Rombel	Siswa	Rombel	Siswa	Rombel	Siswa	Rombel
2015/2016	92 org	92 org	2 rbl	58 org	2 rbl	60 org	2 rbl	210 org	6 rbl
2016/2017	89 org	89 org	2 rbl	62 org	2 rbl	59 org	2 rbl	210 org	6 rbl
2017/2018	84 org	84 org	2 rbl	51 org	2 rbl	62 org	2 rbl	197 org	6 rbl
2018/2019	94 org	94 org	2 rbl	60 org	2 rbl	58 org	2 rbl	222 org	6 rbl
2019/2020	47 org	47 org	1 rbl	94 org	2 rbl	57 org	2 rbl	198 org	6 rbl

4. Kondisi Dalam Sekolah

Tabel 4.3

Fasilitas dan Kondisi Dalam Sekolah

	Jumlah Ruangan Kelas Asli (d)				Jlh ruang lainnya yang digunakan untuk ruang kelas(e)	Jlh ruang yang digunakan untuk ruang kelas (f = d+e)
	Ukuran 7x9 m2 (a)	Ukuran >63 m2 (b)	Ukuran <63 m2 (c)	Jumlah (d) =a+b+c		
Jumlah Ruang Kelas					7	7

Tabel 4.4

Data Ruang Lain

Jenis Ruangan	Jumlah	Ukuran (m)	Jenis Ruangan	Jumlah	Ukuran
1.Perpustakaan	-		-	-	
2.Lab	-		-	-	
3.Keterampilan	-		-	-	

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Harapan Mekar adalah penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan. Adapun yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah 8 orang yang mengalami penurunan kompetensi intrapersonal dari kelas X IPA. Hal ini dilakukan agar peneliti dapat lebih fokus pada permasalahan yang ingin diteliti dan mencapai tujuan yang diharapkan pada penelitian ini. Adapun pertanyaan-pertanyaan yang terdapat dalam penelitian yaitu : pelaksanaan layanan konseling kelompok di SMA Harapan Mekar Medan, kompetensi intrapersonal

siswa kelas X IPA, dan penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan

1. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok di SMA Harapan Mekar Medan

Layanan konseling kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu. Dengan satu kali kegiatan layanan kelompok memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Dalam konseling kelompok interaksi antar individu anggota kelompok merupakan suatu yang khas, yang tak mungkin terjadi pada konseling perorangan. Dengan adanya dinamika selama berlangsungnya layanan, diharapkan tujuan layanan sejajar dengan kebutuhan-kebutuhan individu anggota kelompok dapat tercapai secara lebih mantap. Jika layanan konseling kelompok dilakukan tidak maksimal atau tidak pernah dilakukan sama sekali maka akan berdampak buruk bagi siswa-siswa yang mengalami masalah, maupun bagi siswa yang butuh pengaruh atau bimbingan.

Pemilihan objek penelitian karena peneliti melihat fenomena-fenomena yang terjadi dan selain itu ada faktor pendukung peneliti menetapkan kelas X IPA sebagai objek penelitian karena menurunnya kompetensi intrapersonal siswa lebih dominan terjadi di kelas X IPA maka dipilih siswa yang berjumlah 8 orang yang mengalami penurunan kompetensi intrapersonal dari kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan untuk menjadi objek dalam penelitian ini.

Adapun waktu penelitian yang dilakukan dimulai pada tanggal 22 Juli sampai 7 Agustus 2019. Dimulai dengan penyerahan surat riset kepada pihak

sekolah. Setelah surat diterima pihak sekolah barulah peneliti bisa melakukan penelitian disekolah SMA Harapan Mekar Medan. Adapun jadwal penelitian yang di lakukan tertera pada tabel 4.5 sebagai berikut:

Tabel 4.5

Jadwal Penelitian di SMA Harapan Mekar Medan

No.	Hari/Tanggal	Kegiatan	Waktu
1.	Senin, 22 Juli 2019	1. Wawancara dengan guru BK 2. Wawancara dengan siswa kelas X IPA	Masing-masing 1 x 15 menit
2.	Rabu, 24 Juli 2019	1. Wawancara dengan wali kelas X IPA 2. Wawancara dengan siswa kelas X IPA	Masing-masing 1 x 15 menit
3.	Senin, 29 Juli 2019	Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	1 x 60 menit
4.	Sabtu, 3 Agustus 2019	Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	1 x 60 menit
5.	Rabu, 7 Agustus 2019	Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	1 x 60 menit

Penelitian yang dilaksanakan di SMA Harapan Mekar Medan diawali dengan melakukan observasi mengenai fenomena yang terjadi terhadap objek penelitian. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara kepada siswa kelas X IPA. Setelah melakukan wawancara, barulah peneliti melaksanakan layanan konseling kelompok.

Pada saat melakukan proses observasi, peneliti menemukan fenomena bahwa siswa kelas X IPA mengalami penurunan kompetensi intrapersonal.

Peneliti mengatakan hal ini karena siswa kelas X IPA merasa rendah diri ataupun kurang percaya diri dalam bergaul dengan orang lain dan merasa malu ketika berbicara dihadapan orang banyak.

Penerapan dan pelaksanaan bimbingan dan konseling sangat diperlukan dalam dunia pendidikan. Hal ini disebabkan karena dalam melaksanakan proses belajar mengajar, siswa kerap memiliki masalah dari luar ataupun dari dalam dirinya yang mengganggu proses belajar siswa tersebut. Maka dari itu bimbingan dan konseling di sekolah sangat dibutuhkan, agar dapat membantu menyelesaikan masalah dan mengembangkan potensi yang dimiliki siswa secara optimal.

a. Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling

Pelaksanaan bimbingan dan konseling diterapkan di SMA Harapan Mekar Medan. Hal ini dapat diketahui dari hasil wawancara yang dilakukan pada hari senin 22 Juli 2019 dengan guru bimbingan dan konseling SMA Harapan Mekar Medan yaitu Ibu Dian Hertanti S.Psi yang mengatakan:

Layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa biasanya adalah layanan klasikal dengan memanfaatkan jam pelajaran yang kosong karena guru mata pelajaran tidak hadir. Selain itu, layanan yang paling sering diberikan adalah layanan konseling individual yang dilaksanakan dalam ruangan bimbingan dan konseling yang telah disediakan oleh sekolah untuk layanan konseling kelompok sangat jarang dilakukan, mengingat tidak adanya jam khusus yang diberikan untuk bimbingan konseling itu sendiri.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling di SMA Harapan Mekar Medan, terdapat hambatan yang dialami oleh Ibu Dian Hertanti S.Psi, beliau mengatakan:

Hambatan waktu pelaksanaan layanan pastinya ada. Biasanya siswa malu-malu dan takut dalam mengungkapkan permasalahan yang dialaminya. Hal yang paling sering siswa menganggap jika masuk keruangan bimbingan konseling pasti melakukan kesalahan.

Terjadinya penurunan kompetensi intrapersonal siswa di SMA Harapan Mekar Medan. Hal ini dibenarkan oleh Ibu Dian Hertanti S.Psi, beliau mengatakan:

Adanya beberapa siswa yang mengalami hambatan terhadap pemahaman diri, kurangnya percaya diri siswa dan merasa malu berbicara dihadapan orang banyak. Akan tetapi terkadang siswa tersebut sadar hanya pada saat di nasehati saja, nanti diulangi kembali.

b. Wawancara dengan Wali Kelas

Banyak permasalahan yang ditemui di kelas X IPA, hal ini dapat diketahui berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada hari Rabu 24 Juli 2019 dengan Bapak Hadinata S.Pd selaku wali kelas X IPA. Beliau mengemukakan bahwa:

Dikelas XII Akuntansi ya masalah yang paling sering itu ribut waktu jam pelajaran berlangsung, lalu sering terlambat, tidak mengerjakan pr, suka permisi kamar mandi tapi pergi ke kantin.

Akan tetapi di kelas X IPA juga sering dijumpai masalah intrapersonal siswa. Bapak Hadinata S.pd mengemukakan:

Dikelas X IPA masalah yang paling sering yaitu kurang mampu menyampaikan pendapat ketika ditanyai oleh guru dalam belajar dan merasa malu atau kurang percaya diri ketika disuruh maju kedepan ketika belajar.

Bapak Hadinata S.Pd juga membicarakan permasalahan tersebut kepada pihak guru dan guru Bimbingan dan Konseling. Hal ini diketahui berdasarkan jawaban beliau pada saat wawancara. Beliau mengatakan: *Saya sempat membicarakan permasalahan siswa kepada guru-gurudan menanyakan apakah bapak atau ibu guru juga mengalami hal yang sama, namun saya pribadi tidak mengetahui secara pasti bagaimana guru BK memberikan layanan kepada siswa.*

c. Wawancara dengan Siswa

Ketika peneliti melakukan wawancara pada Senin 22 Juli 2019 dan hari Rabu 24 Juli 2019 kepada siswa tentang bimbingan dan konseling, terdapat beragam jawaban yang dikemukakan sebagai berikut :

S, MH dan FK mengemukakan pendapat yang sama bahwasanya bimbingan dan konseling itu merupakan digunakan menyelesaikan permasalahan yang dihadapi siswa. Sedangkan menurut CDS bahwa bimbingan dan konseling adalah guru yang suka menghukum dan merazia murid.

MHA dan MFA menyatakan bahwa guru bimbingan dan konseling adalah tempat curhat dan membimbing siswa agar menjadi siswa yang baik.

Sedangkan WNS dan RM mengatakan bahwa bimbingan dan konseling yang bertanggung jawab dalam memerhatikan dan mendidik siswa dilingkungan sekolah.

Siswa bingung ketika ditanya mengenai kemampuan intrapersonal. Hal ini terjadi pada proses wawancara berlangsung bahkan ada siswa yang tidak menjawab saat ditanya.

CDS dan FK mengatakan kompetensi intrapersonal itu adalah yang ada dalam diri sendiri atau kemampuan diri sendiri.

MHA, WNS, MH mengatakan bahwa kompetensi intrapersonal yaitu memahami diri sendiri introspeksi diri. Sedangkan RM dan S mengatakan bahwa kompetensi intrapersonal kemampuan terhadap diri sendiri.

Kurang percaya diri dan kurang paham terhadap diri sendiri merupakan salah satu masalah. Hal ini disadari oleh siswa, akan tetapi para siswa menyadari hal tersebut ada pada diri mereka sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap Guru Bimbingan dan Konseling, Wali Kelas, maupun siswa yang bersangkutan, kompetensi intrapersonal merupakan masalah yang harus dituntaskan dan segera diberikan layanan. Maka peneliti memilih melakukan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan.

2. Kemampuan Siswa dalam Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal di SMA Harapan Mekar

Berikut ini adalah penyajian topik konseling kelompok yang peneliti berikan kepada 8 orang siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan tahun Pembelajaran 2018/2019.

Tabel 4.6

Topik Konseling Kelompok

Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Waktu	Metode
Kamis, 25 Juli 2019	-Pengertian kompetensi intrapersonal -Upaya meningkatkan kompetensi intrapersonal	1 x 60 menit	Diskusi dan tanya jawab
Rabu, 31 Juli 2019	-Ciri-ciri kompetensi intrapersonal -Aspek-aspek yang mempengaruhi kompetensi intrapersonal	1 x 60 menit	Diskusi dan tanya jawab
Rabu, 7 Agustus 2019	Cara cerdas memahami diri sendiri	1 x 60 menit	Diskusi dan tanya jawab

Dalam pelaksanaan layanan, ada dua langkah yang harus dilakukan peneliti yaitu sebagai berikut:

a. Perencanaan

Sebelum melaksanakan layanan, peneliti melakukan kesepakatan dengan masing-masing peserta yang menjadi anggota dalam konseling kelompok yang telah dipilih melalui observasi dan wawancara, hal ini dilakukan sebelum

dilaksanakannya layanan konseling kelompok. Selanjutnya, peneliti menyiapkan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) konseling kelompok mengenai materi yang akan dibahas.

b. Tindakan

Pada tahap pemberian tindakan, peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Akan tetapi peneliti yang menentukan topik apa yang akan didiskusikan (topik tugas) pada saat layanan konseling kelompok sedang berlangsung. Dalam penelitian ini, layanan konseling kelompok dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan. Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Pertemuan Pertama

Pada saat pertemuan pertama, peneliti mengadakan layanan bimbingan kelompok dengan anggota kelompok di ruang BK selama kurang lebih 60 menit. Kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

a) Tahap pembentukan

Pada saat tahap pembentukan, peneliti mengawali kegiatan dengan mengucapkan salam dan mengajak anggota kelompok berdoa sebelum kegiatan dimulai. Setelah itu, peneliti menjelaskan secara singkat apa itu konseling kelompok, tujuan serta asas-asas dalam konseling kelompok. Jika sudah, maka peneliti bisa melanjutkan kegiatan konseling kelompok dengan perkenalan. Perkenalan dimulai oleh peneliti terlebih dahulu sebagai contoh, selanjutnya bergantian dengan semua anggota kelompok.

Pada tahap pembentukan, peneliti meminta kontribusi aktif dari setiap anggota kelompok dalam memberikan pendapat mengenai topik yang akan dibahas. Selain itu, peneliti harus memastikan bahwa anggota kelompok sudah memahami pengertian, tujuan maupun asas-asas dari konseling kelompok. Jika anggota kelompok sudah memahami ketiga hal tersebut, barulah peneliti bisa masuk ketahap berikutnya.

b) Tahap peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti menjelaskan kegiatan selanjutnya, setelah itu peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok dan menjelaskan materi yang akan dibahas dalam kegiatan layanan konseling kelompok yang akan dilaksanakan. Namun apabila anggota kelompok masih belum memahami, maka peneliti akan memberikan penjelasan lagi kepada anggota kelompok.

c) Tahap kegiatan

Peneliti menjelaskan secara garis besar mengenai topik yang akan dibahas yaitu tentang kompetensi intrapersonal. Setelah itu peneliti meminta anggota kelompok mengeluarkan pendapat mereka mengenai kompetensi intrapersonal, upaya apa yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal, lalu seberapa pentingkah kompetensi intrapersonal.

Peneliti memperhatikan setiap anggota kelompok dalam tahap kegiatan. Apakah anggota kelompok dapat berkomunikasi dengan baik dan saling bertukar pendapat dengan baik. Peneliti berperan penting mendorong seluruh anggota kelompok mengeluarkan pendapatnya mengenai topik yang dibahas, sehingga terjalinlah dinamika didalam kelompok.

Hal ini bertujuan untuk mengembalikan lagi semangat anggota kelompok sehingga terjalinlah keakraban diantara anggota kelompok. Setelah suasana kelompok terasa lebih baik, maka peneliti dapat melanjutkan kegiatan kelompok dengan menambahkan ataupun meluruskan jawaban yang telah dikemukakan oleh anggota kelompok sehingga dapat menambah wawasan anggota kelompok.

d) Tahap penilaian

Pada tahap ini, peneliti melakukan dua penilaian yaitu penilaian hasil dengan BMB-3 yang terdiri dari berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab dengan topik yang telah dibahas pada tahap kegiatan. Selanjutnya, peneliti melakukan penilaian proses dengan Melakukan pengecekan terhadap proses BMB-3 yang sudah dilakukan oleh anggota kelompok melalui penugasan yang telah di berikan.

e) Penutup

Pada tahap ini peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir. Lalu, peneliti menanyakan pesan dan kesan anggota kelompok setelah mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling. Pada tahap ini peneliti juga mengemukakan kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan.

Peneliti juga menanyakan kesepakatan anggota kelompok kapan konseling kelompok akan dilanjutkan lagi. Setelah itu peneliti mengucapkan terimakasih atas berlangsungnya kegiatan dengan baik. Kegiatan pun diakhiri dengan membaca doa setelah itu menyanyikan lagu sayonara.

f) Evaluasi dan Tindak Lanjut

Setelah proses pemberian layanan kepada siswa, peneliti melakukan penilaian yang terdiri dari penilaian hasil dan penilaian proses barulah setelah itu peneliti bisa melakukan evaluasi dan tindak lanjut yang akan dijabarkan sebagai berikut:

1. Penilaian Hasil

Pada tahap penilaian, anggota kelompok diminta untuk merefleksikan (baik secara lisan maupun tulisan) apa yang diperoleh selama layanan bimbingan kelompok berlangsung dengan pola BMB-3 yang diuraikan sebagai berikut :

- a. Berfikir : Anggota kelompok mengatakan bahwa kompetensi intrapersonal sangat luas penjabarannya.
- b. Merasa : Mereka merasa bahwa kemampuan intrapersonal itu penting dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Bersikap : Mereka setuju bahwa kemampuan intrapersonal itu sangat penting diterapkan dalam kehidupan sehari hari.
- d. Bertindak : Usaha yang akan dilakukan oleh mereka adalah dengan menambah pengetahuan tentang kemampuan intrapersonal itu sendiri.
- e. Bertanggung jawab: Mereka berusaha untuk dapat meningkatkan pemahaman tentang kompetensi intrapersonal.

2. Penilaian proses

Pada awal kegiatan di pertemuan pertama, siswa kurang merespon dengan baik kehadiran peneliti pada saat layanan konseling kelompok berlangsung. Siswa

juga cenderung kurang aktif dalam mengeluarkan pendapat, saat diminta menyampaikan pendapat siswa malah menunjuk temannya agar menjawab. Kurangnya respon dari siswa sebagai anggota kelompok disebabkan tidak pernahnya layanan konseling kelompok dilakukan oleh siswa sehingga mereka mengakui merasa asing dengan kegiatan yang berlangsung.

3. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi terhadap penilaian proses yang berlangsung selama kegiatan layanan konseling kelompok adalah siswa masih merasa asing dengan kegiatan konseling kelompok yang dilakukan, sehingga anggota kelompok masih kurang aktif dalam mengemukakan pendapat mengenai topik yang dibahas. saat diminta menyampaikan pendapat malah menunjuk temannya agar menjawab.

Hal lain yang menjadi perhatian peneliti adalah beberapa anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat dan rasa percaya diri mereka dalam kegiatan konseling saat proses layanan konseling kelompok berlangsung.

Evaluasi terhadap penilaian hasil kegiatan konseling kelompok pada pertemuan pertama adalah anggota kelompok masih minim pengetahuan tentang kompetensi intrapersonal. Hasil ini dapat diketahui dari daftar pertanyaan yang diberikan kepada anggota kelompok. Masing-masing dari anggota kelompok diberikan 6 pertanyaan. Jika anggota kelompok menjawab benar disetiap soal, maka akan diberi nilai 16,7. Apabila dapat menjawab ke enam pertanyaan maka akan memperoleh nilai 100.

Pertanyaan yang diberikan berdasarkan hasil pembahasan topik pada saat konseling kelompok dilaksanakan. Setelah anggota kelompok selesai menjawab

pertanyaan yang diberikan, maka peneliti mengumpulkan hasil jawaban siswa untuk mengetahui bagaimana hasil layanan konseling kelompok yang telah dilakukan. Adapun hasil yang diperoleh oleh anggota kelompok adalah sebagai berikut :

Tabel 4.7

Nilai Yang Diperoleh Pada Pertemuan Pertama

No.	Nama	Jawaban	Nilai Yang Diperoleh
1.	S	3	50,1
2.	MHA	2	33,4
3.	FK	1	16,7
4.	CDS	2	33,4
5.	RM	2	33,4
6.	WNS	1	16,7
7.	MH	2	33,4
8.	MF	1	16,7
Jumlah		14	29,2 %

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa dari 8 orang siswa yang masih mengalami penurunan kompetensi intrapersonal sesudah dilakukan pertemuan pertama layanan konseling kelompok, jumlah terendah adalah 1 dan jumlah tertinggi adalah 3. Tabel diatas menunjukkan bahwa kompetensi intrapersonal siswa tergolong masih rendah dengan presentase sebesar 29,2 %. Maka, peneliti akan menindaklanjuti kegiatan konseling kelompok dengan melakukan pertemuan pada hari berikutnya. Hal ini disebabkan kegiatan layanan konseling kelompok belum berjalan secara aktif.

2. Pertemuan kedua

Pertemuan kedua dilaksanakan kurang lebih 60 menit dan dilaksanakan di ruang mesjid. Hal ini dipilih karena suasana yang tenang sehingga diharapkan kegiatan dapat berlangsung dengan baik. Adapun tahapan konseling kelompok pada pertemuan kedua sebagai berikut:

a) Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan, peneliti melakukan kegiatan yang sama dengan pertemuan yang pertama. Dimulai dengan berdoa, menjelaskan pengertian konseling kelompok, tujuan serta asas-asas konseling kelompok. Dalam tahap ini juga dijelaskan waktu yang digunakan secara detail serta hasil yang diharapkan dari layanan yang dilakukan.

b) Tahap peralihan

Di tahap peralihan, peneliti menjelaskan kegiatan selanjutnya. Peneliti juga menyampaikan bahwa kegiatan yang dilakukan masih sama seperti yang sebelumnya. Sebelum lanjut ke tahap berikutnya, peneliti menanyakan kesiapan anggota kelompok sama seperti pada pertemuan pertama. Selain itu peneliti memberitahukan topik apa yang akan dibahas pada tahap kegiatan.

c) Tahap kegiatan

Peneliti menjelaskan secara garis besar mengenai topik yang akan dibahas yaitu tentang ciri-ciri kompetensi intrapersonal. Setelah itu peneliti meminta anggota kelompok mengeluarkan pendapat mereka mengenai ciri-ciri kompetensi intrapersonal, aspek-aspek yang mempengaruhi kompetensi intrapersonal.

Pada tahap kedua ini, anggota kelompok terlihat semakin aktif dan komunikasi antar anggota kelompok menunjukkan perubahan. Setelah itu peneliti menyatakan pendapat anggota kelompok tentang materi yang telah dibahas mengenai ciri-ciri kompetensi intrapersonal.

Setelah anggota kelompok mengungkapkan pendapatnya, kemudian peneliti mengemukakan kesimpulan dan tujuan dari pembahasan topik yang telah dibahas pada pertemuan pertama dan kedua.

d) Tahap penilaian

Pada tahap ini, peneliti melakukan dua penilaian yaitu penilaian hasil dengan BMB-3 yang terdiri dari berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab dengan topik yang telah dibahas pada tahap kegiatan. Selanjutnya, peneliti melakukan penilaian proses dengan Melakukan pengecekan terhadap proses BMB-3 yang sudah dilakukan oleh anggota kelompok melalui penugasan yang telah di berikan.

e) Penutup

Pada tahap ini peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir. Lalu, peneliti menanyakan pesan dan kesan anggota kelompok setelah mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling. Pada tahap ini peneliti juga mengemukakan kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan.

Peneliti juga menanyakan kesepakatan anggota kelompok kapan konseling kelompok akan dilanjutkan lagi. Setelah itu peneliti mengucapkan terimakasih atas berlangsungnya kegiatan dengan baik. Kegiatan pun diakhiri dengan membaca doa setelah itu menyanyikan lagu sayonara.

f) Evaluasi dan Tindak Lanjut

Setelah proses pemberian layanan kepada siswa, peneliti melakukan penilaian yang terdiri dari penilaian hasil dan penilaian proses barulah setelah itu peneliti bisa melakukan evaluasi dan tindak lanjut yang akan dijabarkan sebagai berikut:

1. Penilaian Hasil

Pada tahap penilaian, anggota kelompok diminta untuk merefleksikan (baik secara lisan maupun tulisan) apa yang diperoleh selama layanan bimbingan kelompok berlangsung dengan pola BMB-3 yang diuraikan sebagai berikut :

- a. Berfikir : Anggota kelompok mengatakan bahwa ciri-ciri kompetensi intrapersonal sangat luas penjabarannya.
- b. Merasa : Mereka merasa bahwa ciri-ciri kemampuan intrapersonal itu penting dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Bersikap : Mereka setuju bahwa ciri-ciri kemampuan intrapersonal itu sangat penting diterapkan dalam kehidupan sehari hari.
- d. Bertindak : Usaha yang akan dilakukan oleh mereka adalah dengan menambah pengetahuan tentang ciri-ciri kemampuan intrapersonal itu sendiri.
- e. Bertanggung jawab: Mereka berusaha untuk dapat meningkatkan pemahaman tentang ciri-ciri kompetensi intrapersonal.

2. Penilaian proses

Pada kegiatan layanan konseling kelompok di pertemuan kedua, hubungan antar peneliti dengan siswa mulai terjalin dengan baik, siswa mengikuti kegiatan

konseling kelompok dengan semangat dan antusias membahas topik ciri-ciri kompetensi intrapersonal. Sikap siswa pun sudah mulai mengalami perubahan dalam berkomunikasi dan percaya diri anggota kelompok pun sudah mulai terlihat walaupun masih ada beberapa siswa yang kurang percaya diri.

Dalam kegiatan layanan konseling kelompok, siswa sangat antusias membahas topik yang diberikan. Siswa sudah tidak lagi menunjuk temannya melainkan saling berebut dalam mengemukakan pendapat. Satu hal yang menjadi perhatian serius peneliti yaitu saat ada anggota kelompok yang menyampaikan pendapatnya siswa lainnya ikut mengeluarkan pendapatnya pula sehingga suasana yang terjadi menjadi riuh dan siswa lainnya tidak fokus mau mendengarkan pendapat yang mana.

3. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi terhadap penilaian proses yang berlangsung selama kegiatan layanan konseling kelompok adalah kelompok sudah mulai menunjukkan sikap keterbukaan dalam mengemukakan pendapat tanpa merasa takut. Rasa positif mulai terbangun dalam suasana kelompok hal ini terlihat pada saat menjawab pertanyaan yang peneliti ajukan, anggota kelompok tidak saling menunjuk temannya.

Namun dalam penyampaian pendapat masih kurang menunjukkan kesetaraan, hal ini terlihat beberapa kali saat salah satu anggota kelompok mengemukakan pendapat beberapa anggota kelompok ikut memberikan jawabannya sehingga kurang kondusif.

Evaluasi terhadap penilaian hasil kegiatan konseling kelompok pada pertemuan pertama adalah anggota kelompok masih minim pengetahuan tentang kompetensi intrapersonal. Hasil ini dapat diketahui dari daftar pertanyaan yang diberikan kepada anggota kelompok. Masing-masing dari anggota kelompok diberikan 6 pertanyaan. Jika anggota kelompok menjawab benar disetiap soal, maka akan diberi nilai 16,7. Apabila dapat menjawab ke enam pertanyaan maka akan memperoleh nilai 100.

Pertanyaan yang diberikan berdasarkan hasil pembahasan topik pada saat konseling kelompok dilaksanakan. Setelah anggota kelompok selesai menjawab pertanyaan yang diberikan, maka peneliti mengumpulkan hasil jawaban siswa untuk mengetahui bagaimana hasil layanan konseling kelompok yang telah dilakukan. Adapun hasil yang diperoleh oleh anggota kelompok adalah sebagai berikut :

Tabel 4.8

Nilai Yang Diperoleh Pada Pertemuan Kedua

No.	Nama	Jumlah Benar	Nilai Yang Diperoleh
1.	S	4	66,8
2.	MHA	4	66,8
3.	FK	3	50,1
4.	CDS	3	50,1
5.	RM	2	33,4
6.	WNS	4	66,8
7.	MH	3	50,1
8.	MF	3	50,1
Jumlah		26	54,2 %

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa dari 8 orang siswa yang mengalami penurunan kompetensi intrapersonal sesudah dilakukan pertemuan kedua layanan konseling kelompok, jumlah terendah adalah 2 dan jumlah tertinggi adalah 4. Tabel diatas menunjukkan bahwa kompetensi intrapersonal siswa tergolong masih rendah dengan presentase sebesar 54,2 %. Maka, peneliti akan menindaklanjuti kegiatan konseling kelompok dengan melakukan pertemuan pada hari berikutnya. Hal ini disebabkan kegiatan layanan konseling kelompok sudah menunjukkan perubahan kompetensi intrapersonal diantara anggota kelompok.

3. Pertemuan ketiga

Pertemuan ketiga, peneliti mengadakan layanan konseling kelompok dengan anggota kelompok di ruang BK selama kurang lebih 60 menit. Kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

a) Tahap pembentukan

Pada tahap pembentukan, peneliti melakukan kegiatan yang sama dengan pertemuan pertama dan pertemuan kedua. Dimulai dengan berdoa, menjelaskan pengertian konseling kelompok, tujuan serta asas-asas konseling kelompok. Dalam tahap ini juga di jelaskan waktu yang digunakan secara detail serta hasil yang diharapkan dari layanan yang dilakukan.

b) Tahap peralihan

Pada tahap peralihan, peneliti mengemukakan kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya. Peneliti juga menyampaikan bahwa kegiatan yang dilakukan masih sama seperti yang sebelumnya. Lalu, sebelum lanjut ketahap berikutnya, peneliti

menanyakan kesiapan anggota kelompok sama seperti pada pertemuan pertama dan pertemuan kedua. Selain itu peneliti memberitahukan topik apa yang akan dibahas pada tahap kegiatan.

c) Tahap Kegiatan

Peneliti menjelaskan secara garis besar mengenai topik yang akan dibahas yaitu tentang kompetensi intrapersonal. Setelah itu peneliti meminta anggota kelompok mengeluarkan pendapat mereka mengenai aspek-aspek yang mempengaruhi kompetensi intrapersonal dan ciri-ciri kompetensi intrapersonal.

Pada tahap ketiga, anggota kelompok terlihat semakin aktif dan komunikasi antar peserta mulai menunjukkan perubahan. Setelah itu peneliti menanyakan pendapat anggota kelompok tentang materi yang telah dibahas mengenai kompetensi intrapersonal. Baik itu pengertian kompetensi intrapersonal maupun faktor yang mempengaruhinya.

Setelah anggota kelompok mengungkapkan pendapatnya, kemudian peneliti mengemukakan kesimpulan dan tujuan dari pembahasan topik yang telah dibahas pada pertemuan pertama kedua dan ketiga. Selanjutnya peneliti mengajak anggota kelompok bermain game untuk mencairkan suasana agar tampak lebih semangat.

d) Tahap Penilaian

Pada tahap ini, peneliti melakukan dua penilaian yaitu penilaian hasil dengan BMB-3 yang terdiri dari berpikir, merasa, bersikap, bertindak dan bertanggung jawab dengan topik yang telah dibahas pada tahap kegiatan. Selanjutnya, peneliti melakukan penilaian proses dengan Melakukan pengecekan

terhadap proses BMB-3 yang sudah dilakukan oleh anggota kelompok melalui penugasan yang telah diberikan.

e) Penutup

Pada tahap ini peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir. Lalu, peneliti menanyakan pesandan kesan anggota kelompok setelah mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling. Pada tahap ini peneliti juga mengemukakan kesimpulan dari kegiatan yang telah dilakukan.

Setelah itu peneliti mengucapkan terimakasih atasberlangsungnya kegiatan dengan baik dan meminta maaf jika peneliti ada melakukan kesalahan slama proses bimbingan kelompok berlangsung. Kegiatan pun diakhiri dengan membaca doa setelah itu menyanyikan lagu sayonara sambil bersalaman.

f) Evaluasi Dan Tindak Lanjut

1. Penilaian Hasil

Pada tahap penilaian, anggota kelompok diminta untuk merefleksikan (baik secara lisan maupun tulisan) apa yang diperoleh selama layanan bimbingan kelompok berlangsung dengan pola BMB-3 yang diuraikan sebagai berikut :

- a. Berfikir : Anggota kelompok mengatakan bahwa ciri-ciri kompetensi intrapersonal sangat luas penjabarannya.
- b. Merasa : Mereka merasa bahwa ciri-ciri kemampuan intrapersonal itu penting dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Bersikap : Mereka setuju bahwa ciri-ciri kemampuan intrapersonal itu sangat penting diterapkan dalam kehidupan sehari hari.
- d. Bertindak : Usaha yang akan dilakukan oleh mereka adalah dengan

menambah pengetahuan tentang ciri-ciri kemampuan intrapersonal itu sendiri.

- e. Bertanggung jawab: Mereka berusaha untuk dapat meningkatkan pemahaman tentang ciri-ciri kompetensi intrapersonal.

2. Penilaian Proses

Siswa sudah tidak lagi memanggil nama temannya dengan gelar yang tidak baik, jika ada siswa yang tidak sengaja melakukannya maka teman yang lain akan menegur siswa tersebut agar tidak melakukannya lagi. Pada saat mengemukakan pendapat mengenai topik yang dibahas pun siswa tidak lagi berebutan, melainkan setiap anggota kelompok akan mengangkat tangan terlebih dahulu barulah ia menyampaikan pendapatnya secara bergantian dan siswa juga sudah mulai percaya diri mampu mengemukakan pendapat dengan baik.

3. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi terhadap penilaian proses yang berlangsung selama kegiatan layanan konseling kelompok adalah pengamatan peneliti yang dilakukan pada saat proses layanan konseling kelompok dilaksanakan, telah menunjukkan adanya peningkatan kompetensi intrapersonal siswa. Hal ini sangat terlihat jelas pada saat pertemuan ketiga, siswa sudah menunjukkan rasa percaya diri, memahami yang ada pada diri mereka sendiri. Pada saat mengemukakan pendapat mengenai topik yang dibahas pun siswa tidak lagi berebutan, melainkan setiap anggota kelompok akan mengangkat tangan terlebih dahulu barulah ia menyampaikan pendapatnya secara bergantian.

Evaluasi terhadap penilaian hasil kegiatan konseling kelompok pada pertemuan ketiga adalah anggota kelompok sudah memiliki pengetahuan tentang kompetensi intrapersonal meliputi aspek-aspek yang memengaruhi kompetensi intrapersonal maupun ciri-ciri kompetensi intrapersonal. Hasil ini dapat diketahui dari daftar pertanyaan yang diberikan kepada anggota kelompok. Masing-masing dari anggota kelompok diberikan 5 pertanyaan. Jika anggota kelompok menjawab benar disetiap soal, maka akan diberi nilai 20. Apabila dapat menjawab kelima pertanyaan maka akan memperoleh nilai 100.

Pertanyaan yang diberikan berdasarkan hasil pembahasan topik pada saat konseling kelompok dilaksanakan. Setelah anggota kelompok selesai menjawab pertanyaan yang diberikan, maka peneliti mengumpulkan hasil jawaban siswa untuk mengetahui bagaimana hasil layanan konselin kelompok yang telah dilakukan. Adapun hasil yang diperoleh oleh anggota kelompok adalah sebagai berikut :

Tabel 4.9

Nilai Yang Diperoleh Pada Pertemuan Ketiga

No.	Nama	Jumlah Benar	Nilai Yang Diperoleh
1	S	5	100
2	MHA	3	60
3	FK	4	80
4	CDS	4	80
5	RM	4	80
6	WNS	3	60
7	MH	3	60
8	MF	4	80
Jumlah		30	75 %

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa dari 8 orang siswa yang mengalami peningkatan kompetensi intrapersonal sesudah dilakukan pertemuan ketiga layanan konseling kelompok, jumlah terendah adalah 3 dan jumlah tertinggi adalah 5. Tabel diatas menunjukkan bahwa kompetensi intrapersonal siswa tergolong tinggi dengan presentase sebesar 75 %.

3. Penerapan Layanan Konseling Kelompok Dapat Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal di SMA Harapan Mekar

Konseling sangat dibutuhkan dalam membantu memecahkan konflik dalam bentuk masalah pribadi siswa. Model komunikasi guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat mengedepankan konsep pertemanan, menghindari kelakuan dan sikap formalitas yang justru dapat menghambat bagi kelancaran terlaksananya layanan bimbingan dan konseling. Keterampilan guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat merubah sikap siswa sekaligus mampu menjadi teman bagi siswa.

Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok yaitu, pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta 8-10 orang sehingga tercapai syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok yaitu:

- a. Terjadinya hubungan antara anggota kelompok, menuju keakraban diantara mereka
- b. Tumbuhnya tujuan bersama diantara anggota kelompok; dalam suasana kebersamaan
- c. Berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok

- d. Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara dan tidak menjadi yes-men
- e. Terbinanya kemandirian kelompok, sehingga kelompok ini berusaha dan mampu “tampil beda” dari kelompok lain. Berdasarkan keterampilan termasuk penggunaan permainan kelompok, perlu diterapkan pemimpin kelompok dalam pembentukan kelompok.

Di dalam konseling kelompok terdapat tahapan-tahapan yang harus dilakukan oleh pihak penyelenggara. Menurut Prayitno (2017: 245-252), tahap dan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok terdiri dari tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan pokok, tahap penyimpulan hasil. Selanjutnya masing-masing dari tahapan tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap Pembentukan

Setelah kelompok terbentuk, pemimpin kelompok memulai kegiatannya di tempat yang telah ditentukan. Adapun langkah-langkah kegiatannya adalah mengucapkan selamat datang kepada para anggota, memimpin doa, menjelaskan pengertian, tujuan cara pelaksanaan, asas konseling kelompok, melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama.

2. Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap I (pembentukan) dengan tahap II (kegiatan). Tujuannya adalah terbebaskannya anggota kelompok dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya., semakin baik suasana kebersamaan dalam kelompok. Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan kembali kegiatan

kelompok, tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut, mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan/sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut, memberi contoh masalah bahasan yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

3. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan inti dari proses konseling kelompok. Itulah sebabnya, direkomendasikan agar konselor tidak terburu-buru masuk pada tahapan ini sebelum konseli siap secara mental-psikologis. Pada tahap ini pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan permasalahannya secara bergantian, memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, pembahasan, selingan, menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas (apa yang dilakukan berkenaan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya).

4. Tahap Pengakhiran

Tahap dari tahap penutupan adalah untuk menarik ide-ide bersama yang signifikan, perubahan pribadi, dan keputusan yang diambil oleh anggota selama proses konseling kelompok. Pada tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri, anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing pembahasan kegiatan lanjutan, pesan serta tanggapan kelompok, ucapan terima kasih, berdoa, dan perpisahan.

Berikut adalah pemaparan materi yang diberikan konselor kepada siswa untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa.

a. Pengertian Kompetensi Intrapersonal

Kemampuan intrapersonal terkait pemahaman akan diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki seringkali tidak berkesesuaian dengan kondisi remaja. Menurut Michael & Justin mengemukakan bahwa “kompetensi intrapersonal adalah kemampuan yang dipelajari, yang membantu individu untuk berelasi secara baik dengan dirinya sendiri. (Erhamwilda 2015:9).

Menurut Sarlito (2012: 94) kompetensi intrapersonal adalah kemampuan utama dalam intropeksi dan refleksi diri. Mereka paham akan dirinya dan mengenali keunikan dirinya dibanding dengan orang lain. Mereka juga mampu meramalkan reaksi dan emosinya sendiri.

b. Ciri-ciri Kompetensi Intrapersonal

Adapun ciri-ciri kompetensi intrapersonal:

- a. Memiliki waktu untuk bermeditasi, merenung, intropeksi diri, dan memikirkan berbagai masalah.
- b. Suka terhadap topik mengenai pengembangan kepribadian diri dan sering menghadiri acara- acara konseling atau seminar kepribadian agar lebih memahami diri.
- c. Mampu menghadapi masalah, hambatan, kegagalan dengan baik. Memiliki minat, hobi, dan cara bersenang senang yang diperuntukkan dirinya sendiri.
- d. Memiliki tujuan tujuan hidup jangka pendek dan jangka panjang yang selalu dipikirkan secara kontinyu.
- e. Mampu menganalisa kekurangan dan kelebihan diri yang ditinjau dari pandangan pihak lain.

- f. Lebih suka menghabiskan waktu untuk diri sendiri dan jauh dari keramaian.
- g. Memiliki kemandirian dan keinginan yang kuat.
- h. Dapat mengespresikan perasaan dan menulis pengalaman pribadinya dalam buku diari.
- i. Memiliki semangat yang kuat untuk mewujudkan keinginan dan berusaha sendiri.

c. Cara Cerdas Memahami Diri Sendiri

1. Mengetahui Diri Sendiri

Pengenalan diri adalah sebuah tantangan berkesinambungan. Itu juga yang menjadikannya menyenangkan. Mengetahui diri adalah perkara menjelajahi siapa kamu: apa yang kamu sukai, apa yang tidak kamu sukai, apa yang kamu inginkan, apa yang kamu rasakan, apa yang kamu percayai, apa yang kamu bela, dan apa yang menurutmu bisa kamu berikan pada dunia.

Orang yang cerdas memahami diri sendiri biasanya seorang yang mandiri. Mereka sukai mengerjakan segalanya sendirian dan menikmati kesendirian mereka. Mandiri itu baik, karena itu berarti kamu menghargai pemikiran serta idemu sendiri. Tapi terkadang cara berpikir orang yang mandiri seperti itu bisa mengejutkan orang lain. Orang mungkin tidak langsung memahami kamu atau sasaran-sasaranmu. Tidak ada salahnya kalau impian dan sasaranmu berbeda dari orang lain. Kalau kamu mempunyai impian atau ide yang istimewa, perhatikan itu dan lihatlah ke mana itu membawamu. Yakinlah bahwa Kecerdasan Memahami Diri Sendiri akan membawamu ke berbagai tempat dalam kehidupanmu.

2. Memahami Perasaan-perasaanmu

Indikator penting dari Kecerdasan Memahami Diri Sendiri *adalah* menyadari serta memahami perasaan-perasaanmu. Hal ini bisa membantumu merasa lebih baik dan lebih memahami segala yang terjadi dalam kehidupanmu. Memahami perasaanmu menjadikan kamu bisa menyikapinya dengan baik, sehingga perasaan yang positif (senang, sukses meraih sasaran) bisa kamu manfaatkan sebaik-baiknya dan perasaan yang negatif menjadi lebih mudah ditangani.

Kalau kamu bisa memahami perasaanmu, kamu juga akan lebih bisa memahami perasaan sesamamu. Ketika kamu bertanya pada dirimu, “Bagaimana perasaanku seandainya hal ini terjadi padaku?”, kamu sedang menggunakan Kecerdasanmu Memahami Diri Sendiri untuk menunjukkan *empati*. Empati membantumu lebih damai dengan sesama. Banyak orang marah, frustrasi, ketakutan, atau gelisah, dan mereka bahkan tidak mengetahuinya! Mereka terus saja merasa tidak enak tanpa mengetahui alasannya dan tidak bisa berbuat banyak tentang hal itu. Jika kamu pandai mengenali apa yang kamu rasakan dalam hati, akan lebih mudah bagimu mengenal perasaan-perasaan negative tersebut. Dan tentu saja itu memudahkanmu untuk menangani emosi-emosi tersebut tanpa melampiaskannya terhadap sesama atau membiarkan perasaan-perasaanmu menghambat impian serta sasaranmu.

Orang Yang Cerdas Memahami Diri Sendiri tahu bagaimanapun cara menggunakan “peralatan” emosional mereka atau hal-hal yang dapat membantu mereka menangani situasi-situasi sulit untuk merasa lebih baik.

3. Meraih Sasaran-sasaranmu

Hal-hal yang perlu kamu perhatikan dalam menulis sasaran-sasaran itu adalah: Mulailah dengan menetapkan sasaran yang lebih kecil (jangka pendek). Setelah sukses dengan sasaran-sasaran kecil, kamu akan lebih percaya diri untuk menghadapi sasaran-sasaran yang lebih besar dan menantang; Tetapkan sasaran untuk hal-hal yang benar-benar kamu pedulikan; Pastikan sasaran-sasaranmu itu realistis. Kalau sasaran-sasaranmu terlalu besar untuk diraih sekarang, lakukanlah secara bertahap; Sasaran itu hendaknya menantang, mendorongmu untuk bertumbuh dan belajar. Kalau sasaranmu terlalu mudah, kamu melewatkan peluang untuk merasakan kepuasan ketika meraihnya. Tetapi ketika kamu berhasil meraih sasaran yang kamu upayakan dengan kerja keras, kepercayaan dirimu akan meningkat; Tetapkan sasaran-sasaranmu dengan spesifik. Jabarkan sebuah sasaran menjadi langkah dan tindakan-tindakan yang perlu kamu ambil, termasuk kapan kamu ingin meraih sasaranmu itu serta cara-cara kongkrit untuk meraihnya.

Gunakan sasaran-sasaranmu untuk membantumu meraih impian-impianmu. Terkadang orang yang Cerdas Memahami Diri Sendiri mempunyai impian yang belum tentu dipahami (mungkin malah diolok) oleh orang di sekeliling mereka. Mungkin kamu mempunyai ide tentang suatu penemuan baru untuk mendaur ulang sampah menjadi energi atau kamu ingin menulis buku paling laris. Mewujudkan penemuan tersebut atau menulis buku tersebut mungkin tampaknya kecil kemungkinannya tercapai sekarang, tetapi itu adalah impian yang bisa kamu cita-citakan, terlepas dari apa kata orang. Banyak orang yang Cerdas Memahami Diri Sendiri meraih hal-hal yang mengagumkan karena mereka percaya kepada diri sendiri.

Yang terpenting bukanlah bahwa kamu selalu mendapatkan segalanya benar atau sukses, melainkan bahwa *kamu dapat belajar dari kesalahan atau kegagalanmu*. Kamu bisa belajar sama banyaknya dari kegagalanmu seperti dari suksesmu, bahkan terkadang lebih. Kalau kamu Cerdas Memahami Diri Sendiri, kamu bisa mengambil apa yang kamu pelajari dan kamu gunakan itu untuk mengadakan perubahan-perubahan yang positif. Menetapkan sasaran artinya Cerdas Memahami Diri Sendiri, bahwa kamu memikirkan masa depanmu, berusaha meningkatkan diri, dan membuat impianmu menjadi kenyataan.

Setelah layanan konseling kelompok pertemuan ketiga selesai dilakukan, peneliti melakukan observasi guna memantau bagaimana perubahan anggota kelompok setelah dilakukan penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti, anggota kelompok sudah mengalami peningkatan dalam kompetensi intrapersonal. Hal ini ditunjukkan dengan adanya rasa saling keterbukaan, munculnya empati diantara siswa, terjadinya sikap saling mendukung, tidak menyela saat temannya berbicara yang menunjukkan rasa positif maupun terjadinya pemahaman terhadap diri sendiri.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah peneliti melakukan layanan bimbingan kelompok sebanyak tiga kali pertemuan kepada siswa kelas XII Akuntansi dengan topik mengenai etika komunikasi maka hasil observasi peneliti menunjukkan terjadinya peningkatan etika komunikasi siswa dibandingkan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. Yang akan dijabarkan sebagai berikut :

1. FK, salah satu anggota kelompok diawal pertemuan belum memiliki keterbukaan, empati sikap mendukung rasa positif maupun masih malu-malu. Namun seiring berjalannya waktu setelah dilakukannya layanan konseling kelompok, FK mulai memberikan tanggapan saat layanan konseling kelompok berlangsung begitu pula dengan empati FK mulai terlihat saat kegiatan konseling kelompok dilaksanakan FK bahkan tidak segan menegur temannya jika tidak baik dalam berkomunikasi.
2. CDS, pada awal kegiatan konseling kelompok memiliki rasa keterbukaan dengan menjawab pertanyaan yang diberikan. Akan tetapi CDS kurang memiliki rasa empati, sikap mendukung, rasa positif maupun kurang percaya diri. Di pertemuan kedua dan ketiga CDS mengalami peningkatan dari percaya diri ini ditandai dengan mulai adanya sikap empati CDS, sikap mendukung atas apa yang dilakukan teman yang berdampak pada kebaikan, rasa positif akan pentingnya etika dalam berkomunikasi maupun rasa kesetaraan dengan teman sesama anggota kelompok.
3. WNS, usaha yang ditunjukkan dalam meningkatkan kompetensi intrapersonal lebih baik dari sebelumnya. Meski masih ada indikator yang belum terpenuhi namun sikap keterbukaan, empati, sikap mendukung serta kesetaraan mulai menunjukkan hasil yang baik pada pertemuan kedua sampai layanan konseling kelompok pada pertemuan ketiga dilakukan.
4. MHA, sudah menunjukkan usaha yang lebih baik dalam memahami diri sendiri, baik dengan temannya maupun dengan bapak atau ibu guru. Meningkatnya keterbukaan dan rasa empati..

5. RM, sudah mampu menerapkan kompetensi intrapersonal yang baik dilingkungan sekolah baik dengan sesama siswa maupun dengan warga sekolah lainnya. Tidak menunjukkan sikap yang kurang baik. Memiliki keterbukaan dengan menanggapi apa yang disampaikan oleh teman, memiliki rasa empati.. Mengarahkan temannya agar bersikap yang lebih baik, memiliki rasa positif dalam diri dan selalu menganggap bahwa teman yang satu dengan lainnya sama, tak boleh dibeda-bedakan.
6. MH, usaha yang ditunjukkan dalam menerapkan kompetensi intrapersonal lebih baik dari sebelumnya. MH menunjukkan adanya perubahan setelah diberikan layanan konseling kelompok sebanyak 3x pertemuan. hal ini tampak pada hasil observasi peneliti bahwa MH memiliki rasa keterbukaan, rasa empati, sikap memberikan dorongan pada teman dengan menasehati temannya yang kurang baik dalam mengemukakan pendapat. Dan menerima kekurangan temannya dengan tidak lagi mengolok atau menertawakan kekurangan temannya.
7. MF, terlihat kurang terbuka dan tidak memiliki rasa positif dipertemuan pertama. Namun lambat laun mulai menerapkan hal hal yang sudah di bahas dalam pertemuan konseling kelompok yang dilakukan. Sehingga terjadilah peningkatan kompetensi intrapersonal MF hal ini ditandai dengan mulai terbukanya MF, munculnya rasa empati terhadap orang lain, meamberi dorongan positif kepada teman, menerima keadaan temannya tanpa mengolok atau mengejek. Serta memandang teman yang satu dengan lainnya sama tanpa membeda-bedakan.

8. S, menunjukkan hasil usaha yang dilakukan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal mengalami perubahan disetiap kali pemberian layanan konseling kelompok. Sehingga S telah menunjukkan sikap keterbukaan, memiliki empati kepada orang lain, adanya sikap mendukung, rasa positif yang mulai terbangun.

Adapun hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada anggota kelompok diuraikan sebagai berikut :

1. *FK menyatakan bahwa setelah mengikuti konseling kelompok, ia mulai menyadari bahwa selama ini kurang memiliki kompetensi intrapersonal yang baik. FK beranggapan bahwa yang selama ini dilakukannya adalah hal yang wajar dan tak akan berakibat buruk, tetapi nyatanya yang dilakukannya ternyata salah.*
2. *CDS mengakui bahwa apa yang dilakukannya selama ini salah. EWR juga mengakui bahwa ia sedang berusaha merubah kebiasaan kurang baiknya dengan menghormati orang lain.*
3. *WNS mengakui bahwa apa yang dilakukannya selama ini tidak baik. meskipun demikian, RD telah berjanji pada dirinya, ia akan berubah dan berusaha lebih baik lagi dalam memahami diri sendiri.*
4. *MHA memiliki pemahaman yang cukup baik tentang etika komunikasi. Ia menyadari arti pentingnya beretika komunikasi yang baik. ZM mengatakan jika ia berkomunikasi yang baik dengan orang lain maka secara tidak*

langsung orang lain akan berkata yang baik pula kepadanya karena yang diajak berbicara merasa dihargai.

5. *RM, memiliki pemahaman yang baik dalam beretika komunikasi diantara teman-temannya. Ia memiliki keluarga yang biasa saja namun sangat menjunjung tinggi etika. Sehingga MVC dari sejak kecil sudah dibiasakan untuk menghormati orang lain, diajarkan bagaimana harus berbicara dengan orang yang lebih tua. Bahkan orang tua MVC akan sangat marah jika salah satu anggota keluarganya bersikap kurang sopan kepada orang lain. Maka ia terkadang kurang merasa senang jika ada temannya yang saling mengejek dengan julukan yang kurang baik, tetapi jika ia menegur temannya maka teman-temannya kurang merasa senang.*
6. *MH mengakui ia butuh waktu untuk mengubah dirinya kearah yang lebih baik lagi terutama ketika berbicara dengan orang lain.*
7. *MF mengakui sudah mulai menerapkan kompetensi intrapersonal yang baik dengan diri sendiri dan orang lain dan ternyata tidak semudah yang ia bayangkan. meski begitu ia akan tetap berusaha lebih baik lagi.*
8. *S menunjukkan hasil yang lebih baik dari sebelum diberikan layanan konseling kelompok. S sudah mulai memiliki keterbukaan ketika berkomunikasi didalam kelompok, mulai memiliki rasa empati kepada temannya, SP juga mulai memiliki rasa positif dalam dirinya.*

Dari penelitian yang dilakukan yaitu penerapan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019 penelitian ini sangat penting

dilakukan untuk membantu siswa meningkatkan kompetensi intrapersonal. Dengan ini peneliti menyatakan bahwa hasil layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa, hal ini terlihat dari hasil layanan yang diberikan pada pertemuan pertama sebesar 29,2 %, pada pertemuan kedua 54, 2 % dan hasil pada pertemuan ketiga sebesar 75 %.

D. Keterbatasan Penelitian

Penulis menyadari, bahwa hasil penelitian skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna, masih terdapat kekurangan dalam melaksanakan dan penganalisisan data hasil penelitian. Keterbatasan yang penulis hadapi disebabkan oleh beberapa faktor antara lain:

1. Keterbatasan yang dimilikinya oleh peneliti baik moril maupun materil dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Penelitian dilakukan relatif singkat, hal ini mengingat keterbatasan waktu dan dana yang dimiliki oleh penilit sehingga mungkin terdapat kesalahan dalam menafsirkan data yang didapat dari lapangan penelitian.
3. Selain itu keterbatasan diatas, penulis juga menyadari bahwa kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan baku ditambah dengan kurangnya buku pedoman atau referensi tentang teknik daftar pertanyaan wawancara yang baik, merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari, oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis mengaharapkan saran dan kritik sifatnya membangun demi kesempurnaan tulisan-tulisan dimasa yang akan datang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil laporan peneliti diatas, maka pada bab ini peneliti dapat menyimpulkan bahwa:

1. Kompetensi intrapersonal siswa di kelas X IPA SMA Harapan Mekar masih rendah sebelum diterapkannya layanan konseling kelompok sebagian besar berada pada kategori rendah sebanyak 7 siswa memperoleh presentase 29,2% sedangkan pada kaegori tinggi sebanyak 1 siswa memperoleh presentase 6,6%.
2. Setelah diterapkannya layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa, maka berdasarkan hasil observasi/pengamatan dan wawancara pada penelitian ini dapat dilihat bahwa siswa mengalami peningkatan berada pada kategori rendsh sebanyak 1 siswa yang memperoleh presentase 33,4% sedangkan pada kategori tinggi sebanyak 7 siswa memperoleh presentase 54,2%.
3. Peningkatan terhadap kompetensi intrapersonal siswa melalui layanan konseling kelompok dapat diketahui bahwa peningkatan terhadap kompetensi intrapersonal siswa melalui layanan konseling kelompok dengan presentasi sebelumnya sebesar 29,2% dengan kategori rendah sedangkan presentasi sesudah sebanyak 75% tinggi. Hasil sebelum dan sesudah diperoleh peningkatan sebanyak 46%. Dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan

kompetensi intrapersonal siswa sebelum dan sesudah melakukan layanan konseling kelompok.

4. Dengan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa maka dapat disimpulkan adanya hubungan penerapan layanan konseling kelompok dapat meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas X IPA SMA Harapan Mekar Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan maka penulis memberikan beberapan saran:

1. Bagi guru bimbingan dan konseling hendaknya lebih memperhatikan lagi siswa yang bermasalah maupun tidak bermasalah.
2. Diharapkan siswa mampu memahami arti penting Penerapan Layanan Konseling Kelompok dan dapat mengambil nilai-nilai yang positif.
3. Bagi kepala sekolah diharapkan lebih peka terhadap proses konseling yang dilaksanakan di sekolah agar berjalan lebih efektif.
4. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode yang berbeda lebih intensif dalam melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Erhamwilda. 2015. *KonselingSebaya*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Lubis, M, N. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta. Kencana.
- Mulyadi. 2016. *Bimbingan Konseling disekolah & Madrasah*. Jakarta: Prenada media Group.
- Prayitno, dkk.2017. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang: Penerbit Ghalia Indonesia.
- Rasimin & Hamdi, Muhammad. 2018. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: BumiAksara.
- Sarwono, Sarlito, W. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Erhamwilda. 2011. *PeningkatanKompetensi Intrapersonal Siswa SMK melalaui Model KonselingSebaya*. Vol XXVII, No. 2. 2011. 173-182.
- Mulyati, Sri & Iip, Istirahayu. 2016. *Penerapan Konseling Kelompok dalam Aspek Kompetensi Intrapersonal Kelas X*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*.Vol 1, No. 2. 2016. 40-41.
- Yulianti, Nadya. 2015. *Efektivitas Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Mengembangkan Kompetensi Intrapersonal Peserta Didik*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*.Vol 5, No. 1. 2015. 26-44.

Yusuf, Gumelar 2014. Efektifitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa. Universitas Pendidikan Indonesia.

Website

<https://dosenpsikologi.com/kecerdasan-intrapersonal>