

**RANCANGAN KONSELING KELOMPOK *SELF EFFICACY* AKADEMIK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK  
SISWA SMA KOLESE GONZAGA**

**TUJUAN:**

1. Menentukan target yang sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.
2. Meningkatkan usaha yang maksimal dan akan mengerahkan segala kemampuan yang dimiliki untuk dapat mendapatkan apa yang menjadi tujuannya.
3. Mampu berjuang untuk mencapai tujuan.
4. Meningkatkan pemikiran positif terhadap kemampuan yang dimiliki.
5. Menurunkan keraguan terhadap kemampuan dirinya sendiri.
6. Menurunkan keputus asaan, dan mengubah kegagalan sebagai awal dalam mencapai keberhasilan.
7. Mengurangi tingkat kecemasan dalam menghadapi kesulitan yang dialami.

**WAKTU DAN TEMPAT PELAKSANAAN:**

1. Konseling kelompok dilaksanakan dalam 8 sesi atau pertemuan, sehingga kegiatan ini akan berlangsung kurang lebih selama 4 minggu.
2. Waktu pelaksanaan konseling setelah jam pulang sekolah, jam 15.00 dengan durasi sekitar 45 menit tiap pertemuan. Namun untuk waktu bisa berubah sesuai dengan kesepakatan peserta dan konselor.
3. Tempat berlangsungnya konseling di ruang konseling sekolah.

**PENGUMPUL DATA :**

1. Hasil Psikologis test masuk.
2. Nilai raport.
3. Wawancara dengan guru bidang studi dan wali kelas.
4. Hasil pengolahan data dari alat ukur self efficacy akademik.
5. Wawancara dengan siswa yang memiliki self efficacy rendah.

**TAHAPAN KONSELING:**

1. Konseling kelompok ini akan dibagi menjadi 4 tahap, yaitu;
  - a. Pra intervensi.
  - b. Tahap awal, terdiri dari sesi I.
  - c. Tahap pertengahan, terdiri dari sesi II, III, IV, V,VI, dan VII.
  - d. Tahap penutup, terdiri dari sesi VIII.
  - e. Post intervensi
2. Pada tiap sesi diterapkan juga tahapan pembuka dan bridge, tahap kegiatan, dan tahap penutup sesi.

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pra Intervensi		<p>Pada tahap pra intervensi akan dilakukan <i>pretest self efficacy</i> akademik dengan menggunakan alat ukur <i>College Academic Self Efficacy (CASE)</i> dari Owen dan Froman (1988).</p> <p>Indikator dari alat ukur CASE untuk mengukur sejauh mana siswa:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyimak topik yang sulit dengan seksama dalam proses pembelajaran.</li> <li>2. Belajar yang cukup untuk memahami materi pembelajaran secara seksama.</li> <li>3. Mengerjakan soal-soal evaluasi belajar.</li> <li>4. Berpartisipasi dalam situasi kelas.</li> <li>5. Menghadiri kelas.</li> <li>6. Menjawa pertanyaan di kelas besar</li> </ol> <p>Jumlah item dari alat ukur ini sebesar 33 item, dengan rentangan 5 pilihan, yang terdiri dari sangat sering, sering, cukup, jarang, sangat jarang.</p> <p>Tujuan pelaksanaan <i>pretest</i>, untuk mengambil sampel yang akan dijadikan kelompok intervensi konseling kelompok dengan menggunakan teknik modeling simbolik.</p>	

## SESI 1

Pembuka	Salam dan Penyambutan, Berdoa	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Konselor mempersiapkan ruangan, menyusun tata letak ruangan BK agar nyaman. Konselor menggunakan music instrumental yang tenang, sehingga suasana menjadi lebih relaks,</li> <li>b. Mengucapkan salam dan menerima anggota kelompok dengan hangat dan gembira. Sikap optimis dan semangat ini, akan menumbuhkan sikap antusias anggota untuk mengikuti kegiatan kelompok.</li> <li>c. Dilanjutkan dengan berdoa sesuai keyakinan masing-masing.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang teman-teman, Bagaimana kabar kalian hari ini? Bersyukur pada kesempatan kali ini kita bisa berada di ruang konseling ini untuk melakukan kegiatan konseling kelompok.</li> <li>2. Teman-teman, terima kasih kalian telah memenuhi undangan ibu dan meluangkan waktu hadir dalam konseling kelompok ini. Baiklah, sebelum kita memulai kegiatan, marilah kita buka kegiatan ini dengan berdoa.</li> <li>3. Kita buka kegiatan ini dengan doa ya, siapa yang mau menjadi volunteer?</li> </ol>
Tahap Kegiatan	Pengantar Kegiatan Konseling	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menyampaikan mengenai layanan konseling kelompok dengan teknik modeling simbolik terhadap <i>self-efficacy</i> akademik, lama waktu, tahapan/sesi, durasi.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, teknik modeling simbolik terhadap <i>self-efficacy</i> akademik merupakan konseling kelompok untuk menangani masalah kurang keyakinan terhadap diri sendiri dengan teknik modeling simbolik. Kurang keyakinan akan kemampuan yang dimiliki. Sumber efikasi diri adalah dengan <i>vicarious experience</i> atau modelling, dimana individu belajar melalui observasi dengan model yang relevan, dengan demikian kita yang mengikuti kegiatan ini, <i>self efficacy</i> kita akan meningkat dari sebelumnya ya.</li> <li>2. Proses kegiatan konseling kelompok akan dilakukan selama 4 minggu. Setiap sesi akan</li> </ol>

			dilaksanakan dalam durasi 45-180 menit. Dalam kelompok akan dilaksanakan latihan, diskusi dan juga pekerjaan rumah.
Perkenalan (Dyads)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor meminta anggota berpasangan, memberikan instruksi bercerita selama 1 menit tentang nama, identifikasi diri dengan lambang-lambang dan menyebutkan alasan mengapa memilih lambang tersebut. Lalu masing-masing temannya menyampaikan hasil perkenalan kepada grup.</li> <li>2. Selanjutnya konselor juga memperkenalkan diri kepada konseli.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Saatnya kita berkenalan dulu. Silahkan kalian berpasangan, perkenalkan singkat mengenai dirimu pada pasangan meliputi: nama, kelas, identifikasi dirimu dengan lambang atau benda, dan mengapa kamu memilih lambang atau benda tersebut. Oke, sekarang bergilir perkenalkan pasangan kalian di grup ini.</li> <li>2. Sekarang ibu juga akan memperkenalkan diri yah, nama Francisca, biasa dipanggil bu Cisca. Ibu adalah guru BK kelas 10. Ibu melambangkan diri ibu dengan angin, karena ibu merasa dapat memberi kesejukan kepada anak maupun orang tua yang ibu temui,</li> </ol>	
Tujuan Konseling	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjelaskan secara singkat tentang apa yang dimaksud dengan konseling kelompok agar siswa termotivasi untuk mengikut kegiatan dengan sungguh-sungguh hingga selesai.</li> <li>2. Konselor menjelaskan tujuan konseling kelompok.</li> <li>3. Konselor memberikan karton warna putih kepada anggota sembari meminta konseli untuk menuliskan tujuan tersebut. Lalu masing-masing anggota menempelkan di tembok/whiteboard yang tersedia.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.”...Mungkin kalian bertanya-tanya apa konseling kelompok itu. Secara singkat, konseling kelompok adalah suatu kegiatan untuk membahas masalah yang dialami pribadi dan berbagi dalam kelompok, kemudian kita pecahkan masalahnya bersama-sama. Masalah yang akan dibahas dalam kelompok adalah masalah yang sama.”</li> <li>2.Tujuan dari konseling ini adalah kita mencoba untuk memecahkan kesulitan yang kalian alami saat ini yaitu mengenai <i>self-efficacy</i> akademik.</li> </ol>	

			<p>“teman-teman, dari hasil test psikologis, hasil raport, masukan dari dari wali kelas dan guru bidang study, serta hasil dari kuesioner mengenai <i>self-efficacy</i> akademik yang kalian telah isi, ibu menyimpulkan bahwa kalian mengalami situasi rendahnya <i>self-efficacy</i> akademik”</p> <p>3.”Keadaan kurangnya keyakinan akan kemampuan dalam dirimu, tentu mempengaruhi keseharian kalian di sekolah, khususnya dalam mengerjakan tugas yang diberikan, peran kalian dalam diskusi kelompok dan saat kalian mengerjakan ulangan-ulangan, tentunya situasi ini turut mempengaruhi hasil prestasi kalian bukan?”</p> <p>4.Ibu memiliki karton warna putih. Silahkan kalian tuliskan tujuan mengikuti kegiatan konseling kelompok ini.</p> <p>5. Karton yang telah dituliskan tujuan mengikuti kegiatan ini di tempelkan pada dinding-dinding ruang konseling.</p> <p>6.Baik teman-teman semua, kita sudah menentukan tujuan kegiatan ini, semoga kita bisa komitmen dan mencapainya. Amin.</p>
	Asas-asas yang harus dipatuhi dalam kelompok,	1. Agar anggota kelompok merasa nyaman dan dapat terbuka dalam kelompok, maka konselor akan membahas asas-asas dalam konseling kelompok.	1. Teman-teman, sekarang kita melakukan permainan. Kita akan berjalan keliling sekolah. Silahkan kalian memilih pemimpin dalam kelompok ini. Sembilan anggota

	<p>mengecek tingkat kenyamanan (excercise, round)</p>	<p>2. Konselor mengidentifikasi aturan kelompok, mana yang boleh dan yang tidak boleh dalam kelompok (dengan bertanya kepada tiap anggota). Lalu dituliskan dalam <i>whiteboard</i>.</p> <p>3. Konselor mengajak anggota untuk menyepakati bagaimana menjaga aturan kelompok selama sesi.</p>	<p>lainnya silahkan menutup mata kalian rapat-rapat dengan menggunakan saputangan yang sudah ibu sediakan. Silahkan kalian berbaris kebelakang, dan tangan kalian memegang bahu teman kalian yang berada di depanmu. Pemimpin yang tadi kamu pilih silahkan memandu dalam perjalanan ini.</p> <p>2. Setelah kalian melalui permainan tadi, apa yang kalian rasakan dan pikirkan? (Konselor mengidentifikasi jawaban peserta lalu mengeksplorasi jawaban tersebut).</p> <p>3. Jadi, permainan tersebut mengajarkan kita untuk percaya dan yakin satu sama lain. Yang menutup mata dan melalui temannya berusaha untuk mendengarkan dan percaya pada pemimpin kelompok kalian bahwa kalian tidak akan dipermalukan ataupun dipersulit. Bagi kalian yang merasa khawatir akan berusaha yakin bahwa dirinya mencapai tempat tujuan dengan selamat. Ini adalah bukti bahwa kalian telah saling percaya satu sama lain.</p> <p>4. “teman-teman, permainan diatas menggambarkan prinsip asas-asas konseling kelompok pula, yaitu dalam konseling kelompok terdapat azaz kerahasiaan, azaz partisipasi, azaz keterbukaan, dan azaz kedinamisan.</p>
--	---	---	---

			<ol style="list-style-type: none"><li>5. Azaz-azaz ini lah yang yang akan menjaga hak kalian selama mengikuti konseling kelompok ya.</li><li>6. Kini kita akan membuat aturan dalam grup juga. Apa saja yang boleh dan tidak boleh dalam grup ini? (konselor meminta anggota bergantian menuliskan di whiteboard).</li><li>7. Baik, tadi ibu sudah menyampaikan apa yang dimaksud dengan konseling kelompok, tujuan dan azaz-azaznya, kini ibu minta kalian menyampian apa harapan kalian dari kegiatan ini. Caranya adalah tulislah harapan-harapanmu di kertas warna-warni yang ibu bagiakan, kemudian kalian berikan ke teman disebelah kalian. Lalu bacalah harapan temanmu itu, Jika harapannya sama atau sesuai atau mirip atau kamu menyetujuinya, maka kertas ini akan kamu tempelkan pada whiteboard yang tersedia. Silahkan kamu berikan dengan icon senyum, jempol, atau apapun.</li><li>8. kalian sudah menentukan bagaimana menjaga kerahasiaan dan juga aturan grup ini. Jika ada angka 1-10, seberapa nyamankah kalian berada dalam grup ini? (Tuliskan di whiteboard sambil memejamkan mata). Jika ada yang kurang nyaman, hal apa saja yang bisa membuat kalian lebih nyaman?</li></ol>
--	--	--	--

	Pengukuran	<p>1. Konselor memberikan pertanyaan terbuka berkaitan dengan <i>self-efficacy</i> akademik yang merupakan bentuk dari pengukuran atau <i>asesment</i> awal</p>	<p>1. Teman-teman, sekarang kita fokus ke materi. Ibu ingin mendalami masalah <i>self-efficacy</i> akademik dengan melakukan asesment awal</p> <p>2. Jawaban-jawaban kalian akan Ibu tuliskan pada karton yang ibu siapkan.</p> <p>3. Jawaban-jawaban kalian akan menjadi panduan Ibu untuk memberikan hasil konseling hingga selesai, dan diakhir sesi kita bisa mengecek kembali apakah kalian mencapai tujuan konseling ini.</p> <p>4. Pertanyaan-pertanyaan antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Konselor mengamati dan menganalisis perilaku yang muncul oleh konseli.</li> <li>Konselor melakukan pengidentifikasian peristiwa yang mengawali perilaku tersebut terbentuk.</li> <li>Konselor melakukan analisis motivasional.</li> <li>Konselor menganalisis kontrol diri dari konseli terhadap perilaku bermasalah yang muncul. Sejauhmana konseli mampu melatih kontrol diri dan peristiwa-peristiwa apa yang dapat menentukan keberhasilan kontrol diri tersebut.</li> <li>Konselor melakukan analisis hubungan sosial. Menidentifikasi hubungan atau kedekatan orang lain yang dianggap dekat dengan konseli.</li> </ol>
--	------------	---	---

			<p>f. Konselor menganalisis lingkungan sosial budaya konseli. Analisa ini berdasarkan norma-norma dan keterbatasan lingkungan.</p> <p>g. Melakukan proses ABC, yaitu; A = <i>Antecedent</i>, yaitu pencetus perilaku.</p> <p>Untuk mengetahui Antecedent (A):</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Apakah kamu pernah mengalami kegagalan dalam hal akademik? Sejak kapan?</li><li>2) Seberapa sering kegagalan yang kamu hadapi dalam hal akademik?</li><li>3) Apakah peristiwa kegagalan yang kamu hadapi, hanya pada mata pelajaran tertentu atau di semua pelajaran?</li><li>4) Pengalaman atau peristiwa apa yang membuat kamu tidak yakin pada kemampuanmu sendiri?</li><li>5) Apakah kamu pernah mengalami kegagalan dalam penyelesaian tugas atau ulangan?</li></ol>
--	--	--	--

			<p>B= <i>Behavior</i>, yaitu perilaku yang dipermasalahkan. Akan dilihat tipe perilaku, frekuensi perilaku, durasi perilaku, dan intensitas perilaku.</p> <p>Untuk mengetahui Behavior (B):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apa yang kamu lakukan saat menghadapi kesulitan?</li> <li>2) Seberapa sering perilaku yang kamu alami saat mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas atau ulangan?</li> <li>3) Apakah perilaku tersebut muncul pada setiap pelajaran?</li> <li>4) Bagaimana kamu mempersiapkan diri dalam proses belajar untuk dapat mengerjakan tugas di sekolah?</li> </ol> <p>C=<i>Consequence</i>, yaitu konsekuensi atau akibat perilaku tersebut</p> <p>Untuk mengetahui Consequence(C):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apa dampak yang kamu alami saat kamu mengalami sikap yang demikian?</li> <li>2) Apa yang kamu pikirkan dan rasakan mengenai reaksi orang-orang di sekitarmu saat kamu mendapat</li> </ol>
--	--	--	--

			<p>hambatan dalam mengerjakan tugas dan ulangan?</p> <p>3) Bagaimana reaksi teman, guru dan orang tua saat kamu mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas dan menghadapi ulangan?</p> <p>5. Konselor mencatat semua jawaban-jawaban siswa pada kertas flipchart.</p>
Penutup	Penutup Sesi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan kelompok akan selesai.</li> <li>2. Konselor memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama kegiatan berlangsung.</li> <li>3. Konselor memberi kesempatan pada anggota kelompok untuk menyampaikan pertanyaan tentang hal-hal yang belum dipahami selama kegiatan berlangsung.</li> <li>4. Konselor bersama anggota kelompok memberikan refleksi dan evaluasi dari hasil yang telah atau belum dicapai selama kegiatan.</li> <li>5. Konselor menyampaikan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya.</li> <li>6. Konselor menyampaikan ucapan terimakasih atas keterlibatan dan keaktifan peserta dalam melaksanakan kegiatan konseling kelompok.</li> <li>7. Kegiatan konseling ditutup dengan doa,</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, sebagai akhir dari kegiatan hari ini, ibu akan mengajak kalian menyimpulkan apa yang telah kalian alami pada hari ini... Silahkan bagi yang mau memberikan kesan ataupun pertanyaan mengenai hal-hal yang belum dipahami pada kegiatan hari ini...</li> <li>2. Ibu minta kalian mengisi lembar refleksi dan evaluasi kegiatan hari ini ya.</li> <li>3. Tiga hari lagi kita akan bertemu kembali di ketemu di jam dan tempat yang sama. Ibu berharap kalian datang dengan penuh semangat.</li> <li>4. Konselor memilih salah satu anak untuk menutup kegiatan dengan doa.</li> </ol>

### Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi dan refleksi ini diperlukan bagi konselor untuk mengetahui tingkat kesuksesan dari pertemuan pertama. Berikut adalah beberapa pertanyaan yang akan dijadikan sebagai bahan evaluasi dan refleksi dari kegiatan pembukaan.

#### EVALUASI KONSELING KELOMPOK SESI PERTAMA

( Diisi oleh peserta)

Hari / Tanggal pelaksanaan :

Tempat pelaksanaan :

Nama-nama peserta :

Tema yang dibahas :.....

Nama-nama siswa yang takut untuk berbicara atau berbagi:

1) .....

.....

2) .....

.....

Siswa yang bingung tentang tujuan kelompok:

1) .....

.....

2) .....

.....

Apakah Kegiatan diadakan di waktu atau hari yang kurang tepat:

.....

Siswa yang datang terlambat hingga mengganggu kegiatan:

1) .....

.....

2) .....

.....

.....

Apakah tujuan kelompok atau anggota yang disampaikan guru tidak sesuai kebutuhan;

.....

.....

Apakah sesi ini tidak kondusif untuk kelompok?

.....

.....].

...

Apakah ada anggota yang merasa terpaksa untuk menghadiri kegiatan?

.....

.....

Apakah anggota bereaksi negatif terhadap guru pembimbing?

.....  
.....

Apakah kegiatan tidak direncanakan dengan baik?

.....  
.....

Apakah perpindahan fokus dari topik ke topik terlalu cepat?

.....  
.....

Apakah fokus hanya tertuju pada seseorang?

.....  
.....

Apakah ada pembahasan topik yang terlalu panjang?

.....  
.....

Apakah waktu untuk pembukaan terlalu banyak atau terlalu sedikit?

.....  
.....

**SESI II**

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pembuka	Pembukaan dan Bridge	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor membuka sesi dengan salam dan senyum dilanjutkan berdoa, meminta salah satu anggota untuk memimpin doa.</li> <li>2. Konselor menanyakan keadaan anggota dan memastikan anggota telah siap mengikuti sesi konseling.</li> <li>3. Apersepsi pertemuan sebelumnya.</li> <li>4. Melakukan <i>movement excersises</i>.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang teman-teman, bagaimana kabar kalian, semoga hari ini kalian penuh kebahagiaan.</li> <li>2. Silahkan A bantu memimpin doa teman-temannya.</li> <li>3. Oke,, apa kabar semuanya? Gimana rasanya berada dalam sesi konseling kali ini?</li> <li>4. Kemarin kita sudah bicara tentang <i>self efficacy</i> akademik. Banyak hal yang sudah kita dapatkan dari pertemuan beberapa hari yang lalu, itu ingin kalian sebut satu hal saja yang menarik pada pertemuan kemarin. Siapa yang mau mengungkapkan perasaan terhadap pertemuan kemarin?</li> <li>5. Konselor mengingatkan kembali mengenai asas-asas dan tujuan konseling kelompok.</li> <li>6. Oke teman-teman, setelah kita mereview pertemuan kemarin, dan sebelum masuk ke pertemuan berikut, kita melakukan <i>movement excersises</i>. Latihan ini elatih kecepatan gerak dan fokus.</li> <li>7. Cara pelaksanaanya sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Konselor mempersiapkan enam kursi. Jumlah kursi yang disediakan sesuai dengan jumlah siswa dalam kelompok, namun akan dikurangi satu kursi setiap kali perputaran.</li> <li>b. Setiap siswa berdiri di depan kursinya masing-masing.</li> <li>c. Konselor memasang lagu dan mengajak siswa berjoged sambil berjalan berkeliling di depan kursinya.</li> <li>d. Konselor mengurangi satu kursi yang ada.</li> <li>e. Pada waktu tertentu, lagu yang diputar dimatikan.</li> </ol> </li> </ol>

			<p>f. Saat dimatikan, siswa diminta menduduki kursi yang ada.</p> <p>g. Bila ada siswa yang tidak mendapat kursi, maka siswa tersebut keluar dari kelompok.</p> <p>h. Latihan ini terus dilakukan sampai beberapa kali.</p> <p>Pertanyaan refleksi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apa yang kalian rasakan dengan latihan cari kursi?</li> <li>2) Faktor apa saja yang berperan hingga tujuan yang diharapkan dapat tercapai? Mengapa?</li> </ol>
Peralihan	Pemfokusan kelompok (rounds)	a. Konselor harus peka terhadap situasi kelompok. Agar tujuan konseling kelompok dapat berjalan dengan baik, perlu adanya kerjasama dan komunikasi antar anggotanya.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, baru saja kita melakukan exercises bersama, apakah kalian sudah merasa nyaman, kompak dan bersemangat? Jika sudah, ibu akan mulai mengajak kalian pemfokusan dalam kelompok agar kegiatan ini dapat berjalan dengan baik, efektif dan efisien.</li> <li>2. Mohon kalian memberikan angka 1-10 yang menunjukkan kesiapan kalian. Semakin mengarah keangka 10 berarti kalian siap ya.</li> </ol>
Kegiatan	Melakukan analisa ABC	<p>a. Pada tahap ini konselor membantu anggota kelompok untuk merumuskan kembali hasil dari pengukuran perilaku bermasalah yang ditemukan dalam pertemuan kedalam analisa ABC.</p> <p>b. Konselor membagikan lembar kerja berupa format analisa ABC</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman pertemuan kemarin kita semua telah mengetahui perilaku bermasalah kita, penyebab dan dampaknya.</li> <li>2. Pertemuan kali ini kita akan mengidentifikasi atau mengelompokkan permasalahan yang kita miliki kita berdasarkan analisa ABC.</li> <li>3. Pertemuan kali ini ibu ingin kalian melakukan analisa dari hasil pengukuran atau asesment awal pada pertemuan sebelumnya.</li> </ol>

		<p>c. anggota kelompok secara bergantian menyapaikan secara lisan apa yang dituliskan dalam lembar kerja</p> <p>d. Anggota kelompok bersama konselor menilai kelayakan permasalahan self efficacy akademik yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.</p>	<p>4. Pertemuan kemarin ibu sudah sedikit menyinggung mengenai analisa ABC. Baik ibu ulang kembali hari ini.</p> <p>Analisa ABC, yaitu; A = <i>Antecedent</i>, yaitu pencetus perilaku.</p> <p>Untuk mengetahui Antecedent (A):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apakah kamu pernah mengalami kegagalan dalam hal akademik? Sejak kapan?</li> <li>2) Seberapa sering kegagalan yang kamu hadapi dalam hal akademik?</li> <li>3) Apakah peristiwa kegagalan yang kamu hadapi, hanya pada mata pelajaran tertentu atau di semua pelajaran?</li> <li>4) Pengalaman atau peristiwa apa yang membuat kamu tidak yakin pada kemampuanmu sendiri?</li> <li>5) Apakah kamu pernah mengalami kegagalan dalam penyelesaian tugas atau ulangan?</li> </ol> <p>B= <i>Behavior</i>, yaitu perilaku yang dipermasalahkan. Akan dilihat tipe perilaku, frekuensi perilaku, durasi perilaku, dan intensitas perilaku.</p> <p>Untuk mengetahui Behavior (B):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apa yang kamu lakukan saat menghadapi kesulitan?</li> <li>2) Seberapa sering perilaku yang kamu alami saat mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas atau ulangan?</li> </ol>
--	--	--	--

			<p>3) Apakah perilaku tersebut muncul pada setiap pelajaran?</p> <p>4) Bagaimana kamu mempersiapkan diri dalam proses belajar untuk dapat mengerjakan tugas di sekolah?</p> <p>C=<i>Consequence</i>, yaitu konsekuensi atau akibat perilaku tersebut</p> <p>Untuk mengetahui <i>Consequence</i>(C):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Apa dampak yang kamu alami saat kamu mengalami sikap yang demikian?</li> <li>2) Apa yang kamu pikirkan dan rasakan mengenai reaksi orang-orang di sekitarmu saat kamu mendapat hambatan dalam mengerjakan tugas dan ulangan?</li> <li>3) Bagaimana reaksi teman, guru dan orang tua saat kamu mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas dan menghadapi ulangan?</li> </ol> <p>5. Dari hasil asesment pertemuan kemarin, mari kita masukan ke dalam analisa ABC ini. Kita lihat apakah yang menjadi penyebab, perilaku apa yang muncul, seberapa sering dan berapa lama perilaku tersebut terjadi, dan dampak yang muncul seperti apa?</p> <p>6. Kalian bisa mengisi dalam format analisa ABC.</p> <p>7. Setelah kali menuliskan, mari kita masuk ke dalam kelompok-kelompok kecil. Silahkan kalian berdua-dua membacakan hasil analisa ABC kalian.</p>
--	--	--	--

			<p>8. Pada saat teman kalian membacakan, teman yang lain mendengarkan dengan seksama dan bisa bertanya mengenai analisa ABC yang dibuat oleh teman tersebut.</p> <p>9. “Setelah kelompok kecil selesai melakukan pembahasan, kini kalian membacakan pengalaman pasangan mu dalam kelompok kecil di kelompok besar.</p> <p>10. “Setelah seluruh anggota kelompok mengungkapkan hasil, konselor memberikan rangkuman bahwa penting kita mengetahui bentuk-bentuk penyebab rendahnya <i>self efficacy</i> yang muncul. Dari penyebab tersebut menimbulkan sebuah perilaku bermasalah dan akhirnya memberi dampak yang kurang baik.</p> <p>11. Dari hasil analisa ABC ini kita akan membuat perubahan perilaku yang baru.</p> <p>12. Perubahan perilaku yang baru ini, akan kita bahas pada pertemuan berikutnya ya.</p>
Penutup	Penutupan sesi	<p>1. Konselor menjelaskan bahwa kegiatan kelompok akan diakhiri.</p> <p>2. Konselor memberi kesempatan pada anggota kelompok untuk menyampaikan pertanyaan tentang hal-hal yang belum dipahami selama kegiatan.</p> <p>3. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan hasil yang telah atau belum dicapai selama kegiatan.</p>	<p>1. Teman-teman, kita akan segera mengakhiri kegiatan konseling kelompok hari ini. Sebelum kita tutup kegiatan hari ini, mari kita simpulkan kegiatan yang baru dilaksanakan. Siapa yang mau menyimpulkan? Ayo C.....</p> <p>2. Trimakasih C.</p> <p>3. Apakah ada yang ingin memberikan kesan selama kegiatan ini berlangsung? Silahkan</p> <p>4. Ibu sangat senang dengan pertemuan hari ini. Kalian begitu sangat koperatif dan terbuka dalam mengikuti kegiatan. Trimakasih atas keterlibatan kalian.</p>

	<p>4. Konselor memberi kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama kegiatan berlangsung.</p> <p>5. Konselor menyampaikan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya yaitu menetapkan target perubahan secara spesifik.</p> <p>6. Konselor menyampaikan ucapan terima kasih atas keterlibatannya dan keaktifan dalam melaksanakan kegiatan konseling kelompok.</p> <p>7. Kegiatan konseling kelompok ditutup dengan salam dan doa.</p>	<p>5. Kita akan menutup pertemuan hari ini, namun sebelumnya ibu ingin kalian menuliskan refleksi dan evaluasi dari kegiatan hari ini ya.</p> <p>6. Baik teman-temanku yang terkasih, kita tutup kegiatan ini dengan doa. Ibu minta D yang memimpin doa. Sebelum doa, ibu ingatkan hari senin kita akan jumpa lagi untuk pertemuan ke 3, pada tempat dan jam yang sama.</p>
--	--	---

## Lembar Refleksi dan Evaluasi Peserta

Pertemuan ke : Hari/ Tanggal :

Nama/No. Kls : Topik :

1. Pengalaman apa pada pertemuan kali ini yang berkesan pada mu

.....

.....

.....

2. Apakah makna /nilai-nilai hidup yang dapat diambil dari pertemuan kali ini?

.....

.....

.....

**Evaluasi :**

No	Pernyataan	Jawaban		
		Ya	Ragu-ragu	Tidak
1	Apakah kamu memahami tema pembicaraan pada kali ini?			
2	Apakah kamu mengungkapkan sikapmu secara terbuka di hadapan anggota kelompok lain?			
3	Apakah kamu juga mendengarkan ungkapan sikap yang disampaikan anggota kelompok lain?			
4	Apakah kamu yakin dengan pengaturan dirimu?			
5	Apakah kamu setelah melakukan pertemuan ini mengerti maksud dari pertemuan ini ?			
6	Apakah kamu mempunyai rencana setelah terlibat pertemuan hari ini?			
7	Apakah kamu menikmati sesi pertemuan hari ini?			
8	Apakah kamu memulai sesi hari ini dengan senang hati?			

**SESI III**

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pembuka	Salam Pembuka dan bridge	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam dan sambutan selamat datang dengan nada yang hangat dan senyum ramah.</li> <li>2. Konselor meminta peserta untuk memimpin doa.</li> <li>3. Apersepsi sesi sebelumnya</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang semuanya...Bersyukur kita berjumpa kembali pada pertemuan ketiga ini, semoga kalian semakin bersemangat.</li> <li>2. Sebelum memulai kegiatan ketiga ini, ibu minta D untuk memimpin doa agar kegiatan ini dapat berlangsung dengan baik.</li> <li>3. Anak-anakku, pertemuan sebelumnya kalian telah melakukan analisa ABC dari pengalaman-pengalaman yang berhubungan dengan rendahnya <i>self-efficacy</i> akademik yang dialami, beserta frekuensi, intensitas, penyebab muncul dan dampak yang muncul.</li> <li>4. Baiklah, kita fokus pada materi selanjutnya. Pada sesi ini kita akan mempelajari penetapan perubahan perilaku baru.</li> </ol>
Tahap Peralihan	Pemfokusan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor mengamati dan menayakan kesiapan anggota kelompok untuk memulai kegiatan.</li> <li>2. Jika belum siap, maka ada anggota kelompok bernyanyi dan bergerak bersama.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, tampaknya kalian kok lesu dalam menghadapi kegiatan kali ini?</li> <li>2. Agar kalian bersemangat, dan merasa menjadi 1 keluarga dalam kelompok ini, mari kita bernyanyi dengan gerakan, lagu Bapak Abraham. "Bapak Abraham mempunyai banyak sekali anak-anak Aku anaknya dan kau juga, mari Puji Tuhan</li> </ol>

			Tangan kanan digoyang, tangan kiri digoyang, Kaki kanan di goyang, kaki kiri digoyang....dan seterusnya”.
Tahap Kegiatan	Penetapan target	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor membantu anggota kelompok untuk merumuskan target perubahan yang akan dicapai untuk menghentikan dan melakukan perubahan pola pikir, perasaan dan perilaku rendahnya <i>self efficacy</i> akademik secara spesifik dan jelas berdasarkan hasil identifikasi perilaku dan proses kognisi yang sudah dilakukan pada pertemuan ke 2 dengan cara menjelaskan hal yang harus diperhatikan dan merumuskan target perubahan tersebut yaitu dengan spesifik, dapat diukur, dapat dicapai, terjadi secara nyata, dan memiliki batas waktu.</li> <li>2. Konselor membagikan format untuk menuliskan target perubahan pikiran, perasaan dan perilaku sebagai sasaran utama beberapa tugas yang dapat dikerjakan dan penetapan capaian target dari mata pelajaran dilanjutkan dengan penjelasan cara pengisiannya.</li> <li>3. Anggota kelompok menuliskan target perubahan yang sudah ditetapkan ke dalam format yang telah diterimanya berdasarkan tugas yang dapat</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman kegiatan kali ini kita akan merumuskan target perubahan. Target-target ini menjadi tujuan perubahan kita agar kita dapat lebih memaksimalkan potensi yang ada dalam diri kita.</li> <li>2. Ibu akan membagikan format untuk menuliskan target perubahan tersebut untuk kalian isi secara sadar dan jujur.</li> </ol>

		dikerjakan dan penetapan capaian target kenaikan <i>self efficacy</i> akademik.	
Penutup		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memotivasi anggota kelompok untuk meninjau ulang target perubahan yang telah dituliskan.</li> <li>2. Konselor bersama anggota kelompok mengucapkan kata-kata motivasi. seperti;</li> <li>3. Konselor mengajak kelompok melakukan refleksi dan evaluasi singkat terhadap kegiatan di kertas masing-masing dan dikumpulkan diiringi musik instrumental</li> <li>4. Konselor menyampaikan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya.</li> <li>5. Konselor menyampaikan ucapan terima kasih atas keterlibatan dan keaktifannya dalam melaksanakan konseling kelompok.</li> <li>6. Kegiatan konseling kelompok ditutup dengan salam dan doa.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, kita sudah sampai diakhir kegiatan, kalian pasti bisa melakukan perubahan-perubahan kearah yang lebih baik asalkan kalian mau berkomitment ya.</li> <li>2. Musuh yang terbesar adalah diri kalian sendiri.</li> <li>3. Agar kalian selalu mari kita mengucapkan yel-yel yang dapat menyemangati kita Yel-yel sebagai berikut: “Aku orang hebat - kami semua orang hebat Aku pasti sukses- kami semua orang sukses Aku pasti bisa-kami semua pasti bisa... yes yes yes”</li> <li>4. Setelah mengucapkan yel-yel, silahkan kalian saling melakukan tos kepada seluruh anggota kelompok, sebagai bukti kalian akan saling menyemangati.</li> <li>5. Trimakasih teman-teman. Kini kita akan mengakhiri pertemuan, ibu ingin kalian menuliskan refleksi dan evaluasi terhadap kegiatan hari ini, dan besok kita akan masuk dalam kegiatan teknik modeling.</li> <li>6. Sebelum kita masuk dalam teknik modeling, maka ibu ingin memberikan sebuah tugas kepada kalian masing-masing.</li> </ol>

			<ol style="list-style-type: none"><li>7. Ibu minta kalian mulai mencari film yang kalian sukai. Dalam film tersebut tentunya ada tokoh yang kalian kagumi, yang kalian inspirasikan, dan tokoh tersebut dapat kalian contoh. Tokoh tersebut hendaknya mewakili usia kalian, yaitu usia remaja.</li><li>8. Ibu minta kalian mulai memikirkan film tersebut. Jika kalian menyukai film tersebut, tentunya kalian akan inget alur cerita dan apa yang dilakukan oleh tokoh dalam film tersebut.</li><li>9. “Apakah kalian memahami tugas yang ibu berikan?”</li><li>10. Baik, kini kita tutup pertemuan hari ini ya</li><li>11. Ibu minta E membawakan doa penutup.</li><li>12. Jangan lupa 3 hari lagi kita akan bertemu di ruang dan jam yang sama ya.</li></ol>
--	--	--	---

## Lembar Refleksi dan Evaluasi Peserta

Pertemuan ke : Hari/ Tanggal :

Nama/No. Kls : Topik :

1. Pengalaman apa pada pertemuan kali ini yang berkesan pada mu

.....

.....

.....

2. Apakah makna /nilai-nilai hidup yang dapat diambil dari pertemuan kali ini?

.....

.....

.....

**Evaluasi :**

No	Pernyataan	Jawaban		
		Ya	Ragu-ragu	Tidak
1	Apakah kamu memahami tema pembicaraan pada kali ini?			
2	Apakah kamu mengungkapkan sikapmu secara terbuka di hadapan anggota kelompok lain?			
3	Apakah kamu juga mendengarkan ungkapan sikap yang disampaikan anggota kelompok lain?			
4	Apakah kamu yakin dengan pengaturan dirimu?			
5	Apakah kamu setelah melakukan pertemuan ini mengerti maksud dari pertemuan ini ?			
6	Apakah kamu mempunyai rencana setelah terlibat pertemuan hari ini?			
7	Apakah kamu menikmati sesi pertemuan hari ini?			
8	Apakah kamu memulai sesi hari ini dengan senang hati?			

**SESI IV**

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pembuka	Pembukaan sesi dan bridge	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor kembali menyampaikan salam dan menerima penuh dengan kehangatan dan mernerima penuh dengan kebanggaan atas antusia dan partisipasi aktif anggota kelompok dalam setiap pertemuan.</li> <li>2. Konselor mereview pertemuan ke 3 dilanjutkan merespon beberapa tanggapan diantara anggota kelompok.</li> <li>3. Konselor menyampaikan kegiatan lanjutan yang akan dilakukan dalam pertemuan ke 4 ini yaitu proses <i>attentional</i>.</li> <li>4. Konselor mempersilahkan pada salah satu anggota kelompok untuk memimpin doa sebelum kegiatan konseling kelompok dimulai.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang teman-teman, tetap semangat ya. Ibu sungguh bangga dengan kalian. Kalian semua adalah orang-orang hebat.</li> <li>2. Pertemuan kali lalu kita sudah berkomitmen untuk membuat sebuah target perubahan, apakah setelah 3 hari berlalu, dari antara kalian ada yang mau mensharekan perubahan apa yang terjadi? Silahkan.</li> <li>3. Ibu ingin F membuka kegiatan ini dengan doa, silahkan.</li> </ol>
Tahap Peralihan	Pemfokusan kelompok	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor bersama-sama anggota kelompok kembali mengucapkan kata-kata motivasi</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, agar kita lebih bersemangat, mari kita mengucapkan yel-yel kelompok kita di akhiri dengan tos untuk semua anggota kelompok.  <i>“ Aku orang hebat - kami semua orang hebat,            Aku pasti sukses-kami semua orang sukses,            Aku pasti bisa-kami semua pasti bisa...            yes yes yes”</i></li> </ol>

Tahap Kegiatan	Proses <i>Attentional</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjelaskan pengertian <i>attentional</i> dan pelaksanaannya terkait dengan tujuan perubahan perilaku yang diharapkan.</li> <li>2. Langkah-langkah tahap <i>attentional</i>, yaitu; Konselor mengait tugas pencarian film yang telah diberikan pada pertemuan sebelumnya. Konselor akan meminta anggota kelompok untuk menceritakan jalan cerita film tersebut, dan siapa tokoh yang berperan dalam film tersebut.</li> <li>3. Konselor juga akan menggali bagaimana konseli berproses dalam memutuskan film yang akan dipilih, mengapa konseli memutuskan memilih film tersebut, tokoh siapa yang menarik bagi konseli dalam film tersebut, mengapa konseli memilih tokoh tersebut, apa yang dialami tokoh tersebut, perilaku apa yang muncul dari tokoh tersebut saat mengalami masalah, dan bagaimana konseli menghubungkan tokoh dalam film tersebut dengan perilakunya sendiri.</li> <li>4. Dari hasil perbandingan tersebut, konselor mengajak anggota kelompok untuk refleksi.</li> <li>5. Refleksi ditulis oleh anggota kelompok. Hasil refleksi tersebut digunakan untuk mengevaluasi diri dan memantau apakah refleksi itu menunjukkan perilaku dapat</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, proses <i>attentional</i> adalah proses melihat model yang kurang lebih pernah mengalami masalah seperti kalian.</li> <li>2. Kini masing-masing dari kalian, ibu minta berbagi cerita dengan kelompok mengenai film pilihan kalian.</li> <li>3. Kalian bisa menceritakan sedikit resensi film tersebut, tokoh dalam film tersebut.</li> <li>4. Ibu juga ingin kalian menceritakan mengapa kalian memilih film tersebut, bagaimana prosesnya, mengapa tokoh dalam film tersebut sangat menarik bagi mu, perilaku apa yang muncul dari tokoh tersebut, dan bagaimana kamu menghubungkan tokoh dalam film dengan perilakumu sendiri.</li> <li>5. “.....baik, kini setelah kalian menceritakan proses mengambil film dan tokoh tersebut dan menceritakan mengapa tokoh dalam film tersebut menginspirasi dirimu, saatnya kalian membandingkan dengan perilaku yang kalian ambil saat mengalami masalah.</li> <li>6. Kalian cenderung menghindar, dan perilaku yang kalian munculkan memberi dampak yang kurang baik.</li> </ol>
----------------	---------------------------	---	--

		ditingkatkan menjadi lebih baik pada sesi-sesi berikutnya.	<p>7. Nah silahkan kalian tulis hasil refleksi mu secara mendalam pada kertas yang ibu bagikan ya.</p> <p>8. Ingatlah bahwa kita semua adalah pribadi unik yang pasti memiliki kelemahan dan kelebihan. Fokuslah pada kelebihan yang kalian miliki dan tujuan yang ingin kalian capai.</p>
Penutup	Penutup sesi	<p>1. Konselor menegaskan kembali mengenai hasil refleksi dari anggota kelompok mengenai video, film atau slide yang dilihat.</p> <p>2. Dari hasil refleksi tersebut, konselor meminta anggota kelompok membuat perencanaan mengenai apa saja yang harus dilakukan agar dapat menuju kesuksesan seperti model yang ditayangkan.</p> <p>3. Konselor menutup kegiatan dengan ucapkan terimakasih, ucapan salam dan doa bersama.</p>	<p>1. Teman-teman, semoga refleksi hari ini berguna bagi kita semua, dan semoga apa yang kalian lihat tadi membuka pikiran kalian untuk maju dan berkembang ya.</p> <p>2. Teman-teman 3 hari setelah hari ini kita akan bertemu di jam dan ruang yang sama ya. Kita akan masuk dalam tahap retentional.</p> <p>3. Ibu minta F untuk memimpin doa penutup.</p>



**SESI V**

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pembuka	Salam dan Penyambutan, Berdoa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menyampaikan salam pembuka dan menyampaikan penguatan kepada anggota kelompok karena mereka selalu hadir dan antusias mengikuti kegiatan-kegiatan sebelumnya.</li> <li>2. Konselor meminta salah satu dari mereka untuk memimpin doa sebelum pertemuan ke 5 dimulai.</li> <li>3. Konselor menjelaskan kegiatan yang akan diikuti selama pertemuan dan mengaskan bahwa aturan masih sama seperti pada pertemuan sebelumnya.</li> <li>4. Konselor bersama anggota mereview pertemuan sebelumnya mengenai proses <i>attentional</i>.</li> <li>5. Konselor menyampaikan proses yang akan dibahas yaitu proses <i>retentional</i> terkait dengan mengingat kembali informasi pengalaman dari model yang disajikan pada proses <i>attentional</i> (proses sebelumnya), dan mensharingkan pengalaman dari model yang menyentuh dan dapat memotivasi anggota kelompok. Sharing dari pengalaman model tersebut, bertujuan untuk meningkatkan <i>self efficacy</i> akademik.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang teman-teman. Terima kasih, kalian masih tetap konsisten dan komitmen telah bergabung grup ini. Ibu bangga dengan kalian semua.</li> <li>2. Silahkan ada yang mau menjadi volunteer memimpin doa... Terima kasih G sudah memimpin doa.</li> <li>3. Baik teman-teman pada sebelumnya kita telah membahas mengenai proses <i>attentional</i>. Kalian telah melihat perjalanan hidup seseorang dan kalian telah membuat refleksi. Semoga, kalian lebih mampu melihat dan mengembangkan potensi yang telah Tuhan berikan pada diri kalian masing-masing. Fokus pada hal-hal yang positif.</li> <li>4. Pada kegiatan kali ini, kita akan membahas proses <i>retentional</i> untuk mengingat pengalaman dari model sebelumnya ya.</li> </ol>

Tahap Peralihan	Pemfokusan	1. Konselor mengajak anggota kelompok untuk melakukan pemfokusan dengan melakukan movement-excersise.	1. Teman-teman, kita akan melakukan movement excersise, dengan nama “ hujan, guntur dan halilintar”. Pelaksanaan kegiatan ini sebagai berikut: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Anggota kelompok diminta untuk berdiri membentuk lingkaran dan memberi jarak antara satu anggota dengan anggota lain. Hal ini bertujuan untuk memberikan kemudahan anggota kelompok bergerak.</li> <li>b. Konselor menjelaskan bahwa anggota kelompok akan diminta melakukan gerakan fisik seperti hujan, Guntur dan halilintar.</li> <li>c. Konselor mengatakan “hujan”, maka anggota kelompok serempak menepukkan kedua telapak tangan pada paha. Bila mengatakan “Guntur”, anggota kelompok serempak menghentakkan kaki, dan bila mendengar kata “halilintar”, anggota kelompok serempak merentangkan kedua tangan dengan tangan kana mengarah diagonal ke atas kanan dan tangan kiri ke bawah kiri.</li> <li>d. Konselor dan anggota kelompok melakukan uji coba terlebih dahulu</li> </ol>
-----------------	------------	---	--

			<p>untuk memastikan kebenaran gerakan sesuai instruksi.</p> <p>e. Konselor menyebutkan kata-kata tersebut secara bergantian dan berurutan, kemudian tidak berurutan dan secara berangsur meningkatkan kecepatannya dalam penyebutan kata-kata tersebut.</p> <p>2. Tujuan dari permainan ini adalah untuk mencairkan suasana dan melatih fokus pada anggota kelompok.</p>
Tahap Kegiatan	Proses Retentional	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjelaskan pengertian dan tujuan dari proses <i>retentional</i>, yaitu suatu proses mengingat kembali informasi pengalaman dari model yang di berikan pada pertemuan sebelumnya, mensharingkan pengalaman dari model tersebut pada pertemuan yang terdahulu yang menyentuh dan memotivasi anggota kelompok. Informasi dari model tersebut diendapkan secara kognitif, dan informasi yang diendapkan tersebut akan diambil saat dibutuhkan sebagai penguatan.</li> <li>2. Konselor membagikan lembar kerja <i>retentional</i> kepada anggota kelompok.</li> <li>3. Konselor membimbing anggota kelompok dalam pengisian format retentional sesuai dengan pengalaman yang dialami oleh anggota kelompok, terkait pola pikir,</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman, kita sekarang memasuki proses yang dinamakan retentional. Proses ini adalah mengingat kembali pengalaman dari model yang kita lihat pada pertemuan sebelumnya.</li> <li>2. Untuk membantu proses ini, ibu akan membagikan lembar kerja ya.</li> </ol>

		<p>perasaan dan perilaku untuk meningkatkan <i>self efficacy</i> akademik.</p> <p>4. Konselor kelompok menjelaskan pentingnya perencanaan untuk perubahan diri dengan mendorong anggota kelompok untuk memperoleh bantuan dari anggota kelompok lainnya dalam melakukan proses <i>retentional</i>.</p> <p>5. Anggota kelompok bersama konselor merencanakan untuk mengulas dan meninjau kembali data yang sudah dikumpulkan dalam proses <i>retentional</i> ini guna memberikan dukungan dan bantuan dalam menaikkan <i>self efficacy</i> akademik mereka.</p>	
Tahap Penutup	Penutup sesi	<p>1. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan mengenai informasi pengalaman dari model serta perencanaan pemeliharaan perubahan diri yang mendukung dan memperkuat pola pikir dan perilaku dalam rangka meningkatkan <i>self efficacy</i> akademik.</p> <p>2. Konselor menyampaikan terima kasih dan memotivasi anggota kelompok atas keterlibatannya secara aktif.</p> <p>3. Konselor menyampaikan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya, dan menghimbau untuk tetap antusias, komitmen mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga pertemuan terakhir.</p>	<p>1. Teman-teman, setelah kalian mengikuti kegiatan hari ini, apa yang dapat kalian simpulkan dari kegiatan hari ini yang berguna bagi kalian? Silahkan.....</p> <p>2. Terimakasih atas keaktifan kalian dalam kegiatan ini ya. Kini kita akan mengakhiri kegiatan ini, dan kita akan bertemu kembali 3 hari kedepan, di ruang dan jam yang sama.</p> <p>3. Kita akan masuk dalam tahap motoric reproduction. Dalam tahap ini, kita akan menerapkan, melakukan perilaku baru kita.</p> <p>4. Jangan lupa mengisi lembar refleksi dan evaluasi untuk hari ini ya.</p>

		<p>4. Konselor meminta anggota mengisi lembar refleksi dan evaluasi dalam pertemuan ini</p> <p>5. Pertemuan diakhiri dengan doa yang dipimpin oleh salah satu anggota kelompok</p>	<p>5. Kita tutup kegiatan hari ini dengan berdoa. Siapa yang mau menjadi volunteer memimpin doa?</p>
--	--	--	--



**SESI VI**

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pembuka	Salam dan Penyambutan, Berdoa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor kembali menerima dengan terbuka kehadiran anggota kelompok dan mengucapkan terima kasih.</li> <li>2. Konselor mengucapkan salam dan doa sebelum memulai kegiatan.</li> <li>3. Konselor menjelaskan kegiatan yang akan diikuti selama pertemuan, dan mengaskan bahwa aturan masih sama seperti pada pertemuan sebelumnya.</li> <li>4. Konselor bersama anggota mereview pertemuan 5 pemantauan diri dalam proses <i>retentional</i>.</li> <li>5. Konselor menyampaikan yang akan dibahas pada pertemuan ini adalah proses <i>Motoric reproduction</i> (proses pembentukan prilaku).</li> <li>6. Untuk membuat suasana lebih hangat, konselor melakukan permainan Konselor mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang teman-teman...tetap semangat ya.</li> <li>2. Trimakasih atas kehadiran kalian.</li> <li>3. Hari ini kita akan masuk dalam pertemuan ke 6 yaitu proses <i>motoric reproduction</i> atau proses pembentukan prilaku. Namun sebelumnya kita akan mereview sekilas pertemuan kita sebelumnya ya....</li> <li>4. Terimakasih teman-teman, ternyata kalian dapat mengingat dengan baik kegiatan sebelumnya.</li> <li>5. Mari kita berdoa sebelum masuk kedalam kegiatan baru.</li> <li>6. Kini sebelum kita masuk dalam kegiatan yang baru, marilah kita berdiri untuk melakukan permainan. Nama permainan ini adalah "Ibu berkata"</li> <li>7. Permainan "ibu berkata" sebagai usaha pengakraban dan penghangatan antar anggota kelompok dengan prosedur: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Konselor menyampaikan judul permainan "ibu berkata"</li> <li>b. Bila konselor mengatakan "ibu berkata ditambah kata kerja tertentu, maka setiap anggota kelompok melakukan</li> </ol> </li> </ol>

			<p>kata kerja tersebut”. Anggota kelompok yang melakukan sesuai perintah berarti anak/peserta itu benar.</p> <p>c. Bila konselor hanya mengatakan “ibu ....tanpa kata “berkata” lalu peserta melakukan apa yang dikatakan konselor maka peserta tersebut dinyatakan salah, karena tidak sesuai perintah.</p> <p>d. Contoh : <u>ibu bilang</u> peganglah hidung....pernyataan ini salah maka anggota kelompok dilarang melakukan apapun, yang melakukan sesuatu berarti tidak benar , yang benar <u>ibu berkata</u> peganglah hidung.</p> <p>e. Konselor mempersilahkan anggota kelompok untuk mensharekan secara singkat makna dari permainan ini.</p>
Tahap kegiatan	Proses Motoric Reproduction	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjelaskan pengertian <i>Motoric Reproduction</i> (Proses pembentukan perilaku).</li> <li>2. Pada tahap ini, konseli akan menjalankan perilaku baru di kelas masing-masing selama 14 hari.</li> <li>3. Dalam menjalankan perilaku baru, masing-masing konseli akan melakukan pengukuran diri terhadap perubahan perilakunya.</li> <li>4. Konseli juga akan di observasi oleh guru mata pelajaran terkait, sebagai informasi tambahan</li> </ol>	

		<ol style="list-style-type: none"> <li>5. Konselor membagikan lembar kerja proses pembentukan prilaku kepada anggota kelompok.</li> <li>6. Konselor membimbing anggota kelompok untuk mengisi lembar kerja pembentukan prilaku yang berupa surat pernyataan.</li> <li>7. Anggota kelompok meyakini semua yang ingin diubahnya dengan melihat pengalaman hidup model akan meningkatkan <i>self efficacy</i> akademiknya.</li> <li>8. Konselor menjelaskan perlunya dukungan dan kerjasama dengan orang tua, saudara, guru dan teman untuk memperkuat dilaksanakannya pembentukan prilaku yang telah di komitmenkannya.</li> <li>9. Anggota kelompok menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses pembentukan prilaku untuk meningkatkan <i>self efficacy</i> akademik.</li> </ol>	
Penutup	Penutup Sesi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memotivasi anggota kelompok untuk komitmen dalam menjalankan proses pembentukan prilaku yang dituju.</li> <li>2. Konselor menyampaikan kesimpulan kegiatan yang sudah dilakukan pada pertemuan ke 6 ini, dan menghimbau untuk tetap antusias, komitmen mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga pertemuan terakhir.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trimakasih teman-teman atas keterlibatan kita semua. Kini kita mau mengakhiri kegiatan.</li> <li>2. Jangan lupa mengisi lembar evaluasi dan refleksi ya.</li> <li>3. Kita bertemu kembali 14 hari mendatang di ruang dan jam yang sama ya.</li> <li>4. Siapa yang mau jadi volunteer untuk memimpin doa pulang?</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"><li>3. Konselor menyampaikan terimakasih kepada anggota kelompok atas keterlibatannya secara aktif dan meminta anggota kelompok mengisi lembar refleksi dan evaluasi pertemuan hari ini.</li><li>4. Pertemuan diakhiri dengan doa yang dipimpin oleh salah satu anggota kelompok</li></ol>	
--	--	--	--

## Lembar Refleksi dan Evaluasi Peserta

Pertemuan ke : Hari/ Tanggal :

Nama/No. Kls : Topik :

1. Pengalaman apa pada pertemuan kali ini yang berkesan pada mu

.....

.....

.....

2. Apakah makna /nilai-nilai hidup yang dapat diambil dari pertemuan kali ini?

.....

.....

.....

**Evaluasi :**

No	Pernyataan	Jawaban		
		Ya	Ragu-ragu	Tidak
1	Apakah kamu memahami tema pembicaraan pada kali ini?			
2	Apakah kamu mengungkapkan sikapmu secara terbuka di hadapan anggota kelompok lain?			
3	Apakah kamu juga mendengarkan ungkapan sikap yang disampaikan anggota kelompok lain?			
4	Apakah kamu yakin dengan pengaturan dirimu?			
5	Apakah kamu setelah melakukan pertemuan ini mengerti maksud dari pertemuan ini ?			
6	Apakah kamu mempunyai rencana setelah terlibat pertemuan hari ini?			
7	Apakah kamu menikmati sesi pertemuan hari ini?			
8	Apakah kamu memulai sesi hari ini dengan senang hati?			

**SESI VII**

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pembuka	Salam dan Penyambutan, Berdoa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor kembali menerima dengan terbuka kehadiran anggota kelompok dan mengucapkan terima kasih.</li> <li>2. Konselor mengucapkan salam dan doa sebelum memulai kegiatan.</li> <li>3. Konselor menjelaskan kegiatan yang akan diikuti selama pertemuan, dan mengaskan bahwa aturan masih sama seperti pada pertemuan sebelumnya.</li> <li>4. Konselor bersama anggota mereview pertemuan 6 pemantauan diri dalam proses Motoric Reproduction.</li> <li>5. Konselor menyampaikan yang akan dibahas pada pertemuan ini adalah proses motivasional.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang teman-teman...tetap semangat ya.</li> <li>2. Trimakasih atas kehadiran kalian.</li> <li>3. Hari ini kita akan masuk dalam pertemuan ke 7 yaitu proses motivasional. Namun sebelumnya kita akan mereview sekilas pertemuan kita sebelumnya ya...</li> <li>4. Untuk membuka kegiatan ini,ibu minta H untuk memimpin doa pembuka ya.</li> </ol>
Tahap Peralihan	Pemfokusan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk membuat suasana lebih hangat dan semangat, konselor mengajak peserta kelompok untuk meneriakkan yel-yel motivasi.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman kita bangkit berdiri dan dengan semangat kita ucapkan yel-yel motivasi dan diakhiri dengan tos bersama-sama ya.  <i>“ Aku orang hebat - kami semua orang hebat,            Aku pasti sukses-kami semua orang sukses,            Aku pasti bisa-kami semua pasti bisa...            yes yes yes ”</i></li> </ol>

Tahap Kegiatan	Proses Motivasional	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menjelaskan tujuan dari proses motivasional, yaitu jika anggota kelompok bertindak seperti model yang dilihatnya dengan melakukan aktivitas tertentu, maka pasti akan berhasil.</li> <li>2. Konselor juga mendorong anggota kelompok menerapkan perilaku yang telah di tetapkan sehingga menjadi perilaku yang menetap.</li> <li>3. Anggota kelompok menuliskan pikiran, Konselor mendegaskan kembali apa yang sudah ditulis oleh anggota kelompok berupa pikiran, perasaan dan perilaku sebagai penyebab muncul rendahnya <i>self efficacy</i> akademik dan yang mempertahankan atau mendukung untuk meningkatkan <i>self efficacy</i> akademik.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman kini kita akan menuliskan tindakan yang akan kita lakukan dalam lembar kerja.</li> </ol>
Tahap Penutup	Penutup sesi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor bersama anggota kelompok menyimpulkan tentang proses motivasional yang sudah dibahas pada tahap kegiatan.</li> <li>2. Konselor memotivasi anggota kelompok agar terus konsisten dan komitmen terhadap pikiran, perasaan dan perilaku yang ingin ditingkatkan dan berupaya untuk menemukan stimulus yang dapat memotivasi peningkatan <i>self efficacy</i> akademik.</li> <li>3. Konselor menginformasikan kegiatan yang akan dilakukan pada pertemuan berikutnya yaitu memonitor perkembangan dengan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terimakasih atas keterlibatan kalian semua.</li> <li>2. Pertemuan 3 hari mendatang adalah pertemuan terakhir.</li> <li>3. Ibu berharap kalian semua hadir di pertemuan terakhir, pada rang dan jam yang sama.</li> <li>4. Siapa yang akan memimpin doa?</li> </ol>

		<p>menggunakan penilaian terhadap perilaku sasaran.</p> <p>4. Konselor menyampaikan terimakasih kepada anggota kelompok atas keterlibatannya secara aktif dan meminta anggota kelompok mengisi lembar refleksi dan evaluasi pertemuan hari ini.</p> <p>5. Pertemuan diakhiri dengan doa yang dipimpin oleh salah satu anggota kelompok</p>	
--	--	--	--

## Lembar Refleksi dan Evaluasi Peserta

Pertemuan ke : Hari/ Tanggal :

Nama/No. Kls : Topik :

1. Pengalaman apa pada pertemuan kali ini yang berkesan pada mu

.....

.....

.....

2. Apakah makna /nilai-nilai hidup yang dapat diambil dari pertemuan kali ini?

.....

.....

.....

**Evaluasi :**

No	Pernyataan	Jawaban		
		Ya	Ragu-ragu	Tidak
1	Apakah kamu memahami tema pembicaraan pada kali ini?			
2	Apakah kamu mengungkapkan sikapmu secara terbuka di hadapan anggota kelompok lain?			
3	Apakah kamu juga mendengarkan ungkapan sikap yang disampaikan anggota kelompok lain?			
4	Apakah kamu yakin dengan pengaturan dirimu?			
5	Apakah kamu setelah melakukan pertemuan ini mengerti maksud dari pertemuan ini ?			
6	Apakah kamu mempunyai rencana setelah terlibat pertemuan hari ini?			
7	Apakah kamu menikmati sesi pertemuan hari ini?			
8	Apakah kamu memulai sesi hari ini dengan senang hati?			

**SESI VIII**

Tahapan	Jenis Kegiatan	Uraian Kegiatan	Skrip
Pembuka	Salam dan Penyambutan, Berdoa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menyampaikan salam pembuka dan menyampaikan apresiasi kepada anggota kelompok karena mereka selalu hadir dan antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.</li> <li>2. Konselor meminta salah satu dari mereka untuk memimpin doa sebelum kegiatan dimulai.</li> <li>3. Konselor bersama anggota kelompok mereview kegiatan pada seluruh pertemuan yang telah dilaluinya.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Selamat siang teman-teman semua. Pada hari ini kita akan mereview seluruh pertemuan kita ya.</li> <li>2. Mari kita dengan doa</li> </ol>
Peralihan	Pemfokusan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor mengamati dan menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk memulai kegiatan.</li> <li>2. Jika anggota kelompok belum siap, maka konselor akan mengajak bernyanyi bersama dengan judul lagu “Di Gonzaga kita saling membantu”</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kita akan bernyanyi bersama ya “Di Gonzaga kita saling membantu” Di Gonzaga kita saling membantu 3x Sekarang dan selamanya Di Gonzaga kita saling membantu”</li> </ol>
Kegiatan	Penguatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menanyakan kepada anggota kelompok, pengalaman dan pelajaran atau nilai yang didapat dari setiap pertemuan.</li> <li>2. Konselor bersama anggota kelompok mendiskusikan hal-hal yang sudah dipahami dan yang belum dipahami dari setiap pertemuan.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teman-teman 7 sesi telah kita lewati, silahkan masing-masing anggota kelompok mensharekan pengalaman yang diperoleh dan pelajaran yang dapat dipetik.</li> <li>2. Dari hasil share konselor memotivasi anggota kelompok:</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Konselor meminta kepada anggota kelompok secara sukarela untuk menyimpulkan secara keseluruhan pertemuan yang telah dilalui.</li> <li>4. Konselor memperkuat komitmen yang dibuat oleh masing-masing anggota.</li> <li>5. Konselor meninjau dan memperjelas keputusan yang dibuat selama pertemuan.</li> <li>6. Konselor mengklarifikasi rencana tujuan yang secara realistis akan dicapai oleh anggota.</li> <li>7. Konselor meminta para konseli untuk melemparkan anak panah ke papan dart game, sebagai bentuk kesediaan dari para konseli untuk focus terhadap perubahan perilaku yang ingin dibentuk.</li> </ol>	<p>“teman-teman, kalian masuk ke SMA Kolese Gonzaga dengan seleksi yang ketat, dengan demikian, sebenarnya kalian di pastikan mampu mengikuti seluruh proses pembelajaran di sekolah ini. Hanya keyakinan kalian lah yang terkadang mengganggu, sehingga kalian menjadi ragu akan potensi yang kalian miliki”</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Ibu ingin kalian commit terhadap segala hal yang telah kalian tuliskan ya.</li> <li>4. Sekarang kalian silahkan melemparkan anak panah ini ke papan dart game,</li> </ol>
Tahap Penutup	Penutup Kegiatan Konseling	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor meminta kepada anggota kelompok untuk menyampaikan tanggapan, kesan selama pertemuan berlangsung secara lisan.</li> <li>2. Konselor menanyakan kepada anggota apakah mereka akan bersedia untuk memperpanjang pertemuan.</li> <li>3. Konselor melakukan feedback dan evaluasi terhadap keseluruhan pertemuan yang sudah dilaluinya.</li> <li>4. Anggota kelompok menuliskan kesan dan pesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Baiklah, rasanya perjalanan kita bersama cukup panjang. Apakah kalian bisa saling memotivasi setelah selesai sesi ini?</li> <li>2. Oke, silahkan jika kalian merasa masalah self-efficacy muncul lagi, bisa sharing dengan temen-temen di grup ini supaya bisa saling mengingatkan.</li> <li>3. Sekarang waktunya kita untuk membuat kenangan bersama grup ini, mari kita foto bersama.</li> <li>4. Teman-teman, terima kasih kalian sudah bekerjasama dengan baik, ibu mohon maaf kalau ada hal yang kurang berkenan. Sukses</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"><li>5. Anggota kelompok mengisi kembali angket self efficacy akademik sebagai bentuk post-test.</li><li>6. Konselor mengakhiri kegiatan dengan mengucapkan salam, terimakasih atas kesediaan seluruh anggota kelompok dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dan dilanjutkan dengan doa penutup.</li></ol>	<p>untuk kalian semua, semoga makin cemerlang dalam menghadapi berbagai situasi. Sekian, terima kasih.</p>
--	--	---	--

## RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK

### SESI 1

#### A. TUJUAN KONSELING

Proses konseling kelompok diberikan kepada siswa yang skor *self efficacy* akademiknya berada pada kategori rendah. Tujuan konseling pada sesi pertama ini adalah membentuk relasi kelompok dan melakukan *asesment* awal. Indikator keberhasilan pada sesi ini adalah anggota kelompok saling mengenal satu sama lain, terbentuknya peraturan kelompok dan komitmen serta mendapatkan hasil *asesment* untuk kebutuhan konseling kelompok hingga akhir. Untuk mencapai keberhasilan tersebut, maka beberapa informasi yang akan digali melalui konseling sesi pertama ini dengan menggunakan observasi dan beberapa pertanyaan *asesment* awal.

Konselor akan memperhatikan:

1. Siapa yang aktif berbicara.
2. Siapa yang kurang aktif berbicara.
3. Siapa yang tampak nyaman atau tidak nyaman berada di ruangan.
4. Situasi atau atmosfer apa yang ada dalam situasi kelompok.
5. Apakah para konseli mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan *asesment* dengan terbuka dan jujur.

Selanjutnya, ketika semua konseli (anggota kelompok) telah hadir, konselor akan:

1. Memperkenalkan diri dan memberi kesempatan kepada para anggota kelompok untuk saling berkenalan secara singkat.
2. Memberikan informasi mengenai mengapa dan tujuan kelompok ini dibentuk.
3. Menjelaskan waktu, prosedur, asas-asas dalam konseling kelompok yang harus dipatuhi, dan kesepakatan mengenai peraturan.
4. Menginformasikan harapan konselor dan menggali juga harapan dari para anggota kelompok terkait dengan tujuan konseling kelompok ini dibentuk.

## **B. PERENCANAAN PELAKSANAAN KONSELING**

Durasi konseling: 45 menit – 90 menit.

Proses konseling akan melibatkan: 1 orang konseling, 1 orang observer, dan 10 orang anggota kelompok konseling kelompok.

Tempat pelaksanaan konseling: Ruang Bimbingan Konseling, SMA Kolese Gonzaga.

Tahap-tahap pelaksanaan konseling:

1. Konselor dan observer memperkenalkan diri dan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk memperkenalkan diri secara singkat.
2. Konselor memberikan penjelasan terkait latar belakang terbentuknya kelompok dan tujuan pelaksanaan konseling kelompok.
3. Konselor memberikan penjelasan terkait prosedur konseling kelompok, waktu pertemuan dan jumlah sesi pertemuan.

4. Menjelaskan harapan konselor dan menggali harapan konseli terkait kelompok.
5. Membuat kesepakatan mengenai peraturan, asas, prinsip yang digunakan dalam menjalankan proses konseling kelompok sampai dengan selesai.
6. Membangun komitmen untuk taat terhadap kesepakatan kelompok.
7. Memberikan pertanyaan-pertanyaan terkait dengan pengukuran atau *asesment* awal yang harus dilakukan dalam pendekatan behavioristik untuk menggali perilaku yang muncul terkait dengan *self efficacy* akademik.
8. Penutup, konselor menutup sesi pertemuan pertama dengan menyampaikan ringkasan mengenai konseling sesi pertama dan mengingatkan pertemuan konseling kelompok berikutnya.

Media dan perlengkapan yang diperlukan:

1. Papan flipchart dan kertas *flipchart*
2. *Post it* atau kertas tempel
3. Spidol
4. Pulpen atau pensil
5. Air minum

### **C. PENDEKATAN DAN TEKNIK KONSELING**

Pada sesi pertama, konselor hanya akan menggunakan ketrampilan-ketrampilan dasar konseling untuk membantu terciptanya relasi yang baik antara semua orang yang ada di dalam proses konseling kelompok.

Adapun uraian rencana pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

1. Konselor dan observer akan mempersiapkan ruang konseling kelompok beserta perlengkapan yang dibutuhkan selama proses konseling kelompok.
2. Konselor akan menyambut konseli yang datang dan mengajak mereka berdiskusi hal-hal yang ringan sambil menunggu semua konseli hadir ke dalam ruangan. Selama proses ini, konselor dan observer akan mengamati hal-hal terkait: siapa yang aktif berbicara, siapa yang tampak nyaman atau tampak tidak nyaman berada di ruangan, atmosfir apa yang ada dalam situasi kelompok, impresi awal apakah yang terbentuk.
3. Setelah semua konseli hadir di dalam ruangan, konselor akan membuka sesi konseling dengan memberikan salam dan menanyakan kabar konseli serta perasaan yang menyertai mereka di awal pertemuan.
4. Konselor akan membuka sesi dengan doa.
5. Konselor memperkenalkan diri secara singkat dan meminta anggota kelompok untuk memperkenalkan diri secara singkat dengan menyebutkan nama lengkap, nama panggilannya dan identifikasi diri dengan benda. Menggunakan *round*.
6. Selanjutnya, konselor akan menjelaskan mengenai latar belakang terbentuknya kelompok dan tujuan pelaksanaan konseling kelompok.
7. Untuk mempererat relasi kelompok dan mencairkan suasana, konselor akan kembali mengajak konseli untuk melakukan permainan “hai buta”, dimana dalam permainan tersebut tersirat asas-asas dalam konseling kelompok, sehingga anggota kelompok mampu memahami dan merasakan secara langsung dan nyata.

8. Setelah semua anggota kelompok saling berkenalan dan suasana menjadi cair, konselor akan menjelaskan mengenai prosedur konseling kelompok, berkaitan dengan hal-hal yang akan dilakukan di dalam proses konseling kelompok misalnya berbagi cerita dan pengalaman, refleksi diri, pengerjaan tugas yang ditujukan untuk mengerti penyebab dan dampak dari perilaku yang terjadi dan melihat model yang dipilih agar dapat dicontoh dan akhirnya menjadi inspirasi pengubah perilaku, serta aktivitas lainnya yang berguna untuk pencapaian tujuan konseling kelompok.
9. Waktu pertemuan untuk setiap sesinya adalah 45 menit, dan waktu terlamanya adalah 90 menit. Untuk mencapai tujuan konseling, maka akan dilangsungkan 7 sesi konseling kelompok yang diselenggarakan sebanyak 3 kali dalam seminggu.
10. Akan dilakukan pengendapan dalam rangka melihat pelaksanaan perubahan perilaku disertai evaluasi yang akan dilakukan oleh guru bidang studi terkait. Proses ini akan dijalani selama 14 hari.
11. Dengan demikian proses konseling ini akan selesai dalam waktu 5 minggu.
12. Konselor menjelaskan bahwa perannya dalam konseling kelompok ini adalah sebagai fasilitator yang akan membantu anggota kelompok untuk mengeksplorasi dirinya sehingga memunculkan pemahaman bahwa perilaku yang terbentuk berdampak buruk pada keberhasilan akademik pada tiap-tiap anggota kelompok.
13. Pada beberapa kesempatan konselor akan berperan lebih aktif. Konseli diharapkan terlibat secara aktif dan produktif di dalam proses konseling.

Konselor mengajak konseli menghargai potensi yang ada dalam dirinya, menghargai kesempatan mendapat fasilitas pembelajaran yang baik yang diberikan oleh orang tua.

14. Konselor selanjutnya membantu konseli mengidentifikasi harapan terkait konseling kelompok. Konseli akan menuliskan harapan-harapan yang dimilikinya di lembar-lembar kertas yang disediakan, lalu menempelkannya pada tempat yang telah disediakan.
15. Selanjutnya, konselor bersama-sama dengan konseli (anggota kelompok) akan menetapkan beberapa peraturan kelompok yang akan disepakati bersama, antara lain terkait dengan penentuan waktu pelaksanaan yang telah disesuaikan dengan jadwal anggota kelompok, kerahasiaan dan kehadiran.
16. Setelah peraturan dibuat dan disepakati bersama, konselor akan merapikan peraturan ke dalam bentuk tulisan yang dapat dibaca oleh konseli pada pertemuan-pertemuan selanjutnya.
17. Konselor memberikan pertanyaan-pertanyaan mengenai pengukuran awal, yang harus dijawab oleh para konseli secara bergantian. Konselor mencatat jawaban-jawaban dari para konseli. Apabila ada jawaban yang masih bisa digali lebih dalam, konselor akan menggali lagi hingga jawaban dari konseli menjadi lebih spesifik.
18. Selanjutnya konselor akan menutup sesi konseling dengan menyampaikan ringkasan pertemuan pertama hari ini dan mengingatkan pertemuan pada konseling berikutnya. Konselor menutup dengan doa.

## RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK

### SESI 2

#### A. TUJUAN KONSELING

Konseling kelompok behavioristik pada tahap kedua bertujuan untuk melakukan analisis lanjutan terhadap hasil *asesment* awal di sesi pertama. Pada sesi kedua ini, konselor akan membantu konseli meletakkan hasil *asesment* di tahap pertama ke dalam rumusan ABC.

Analisis ABC adalah rumusan dari *Antecedent* (pencetus)-*Behavior* (perilaku yang muncul, mencakup durasi dan frekuensinya)-*Consequence* (konsekuensi atau dampak dari perilaku yang muncul).

Konseli akan meletakkan keadaan perilakunya hingga saat ini kedalam rumusan ABC, sebagai behavior yang ada dan melihat *antecedent* yang memicu terjadi perilaku terjadi beserta dampak atau konsekuensi yang muncul yang berlawanan dengan indikator seseorang bila memiliki *self efficacy* akademik.

Indikator keberhasilan dari sesi ini adalah konseli mampu merumuskan perilaku tersebut ke dalam analisis ABC. Dengan demikian konseli menyadari bahwa perilaku tersebut harus diubah agar konsekuensi yang muncul dapat menuju sesuai dengan indikator seseorang yang memiliki *self efficacy* akademik.

## **B. PERENCANAAN PELAKSANAAN KONSELING**

Durasi konseling: 45 menit – 135 menit.

Proses konseling akan melibatkan: 1 orang konseling, 1 orang observer, dan 10 orang anggota kelompok konseling kelompok.

Tempat pelaksanaan konseling: Ruang Bimbingan Konseling, SMA Kolese Gonzaga.

Tahap-tahap pelaksanaan konseling:

1. Konselor membuka sesi konseling kelompok dan menanyakan kabar serta kesiapan konseli untuk mengikuti kegiatan konseling.
2. Konselor mengajak konseli untuk melakukan aktifitas *movement excersises* yang dapat memperlancar kembali interaksi konseli setelah perpisahan pada sesi sebelumnya.
3. Konselor dan konseli memasuki kegiatan inti berkaitan dengan eksplorasi permasalahan-permasalahan yang dialami oleh konseli dalam konteks perilaku yang muncul selama proses pembelajaran di sekolah, dengan melakukan analisa ABC.
4. Konselor menutup kegiatan konseling dengan terlebih dahulu menyampaikan ringkasan mengenai proses konseling yang telah dilaksanakan pada sesi kedua dan memberi penjelasan singkat mengenai rencana konseling sesi ketiga.

Media dan perlengkapan yang diperlukan:

1. Papan *flipchart* dan kertas *flipchart*
2. Spidol

3. Lembar kerja analisa ABC
4. Pulpen atau pensil
5. Air minum

### **C. PENDEKATAN DAN TEKNIK KONSELING**

Pada sesi kedua, konselor akan melakukan review kembali atas hasil *asesment* awal yang dilakukan pada sesi pertama. *Review* ini dilakukan dengan membacakan kembali di dalam kelompok besar, apa yang diungkapkan oleh masing-masing anggota kelompok. Konselor melakukan *review* sekaligus mengkonfirmasi dengan anggota kelompok yang bersangkutan, apakah sesuai atau tidak.

Adapun uraian rencana pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

1. Konselor membuka sesi konseling setelah semua anggota kelompok hadir dengan memperhatikan batas waktu maksimal keterlambatan. Konselor mengucapkan salam dan apresiasi atas kehadiran konseli dan menanyakan keadaan semua anggota kelompoknya.
2. Konselor membuka sesi kedua dengan doa pembuka yang di pimpin oleh salah satu dari anggota kelompok.
3. Konselor mengajak kelompok melakukan aktivitas yang dapat membantu mempererat relasi antar konseli dalam kelompok dan mempersiapkan konseli ke dalam sesi konseling kedua. Aktivitas yang dipilih adalah *movement excersise* dengan memperebutkan kursi kosong. Konselor akan

menyiapkan kursi sesuai dengan jumlah anggota kelompok. Konselor memasang lagu, dan meminta para anggota kelompok berdiri sambil berjoged mengitari kursi yang telah dibentuk secara melingkar. Sembari anggota kelompok berjoged, konselor mengurangi satu kursi. Lagu dihentikan. Konseli diminta menempati kursi yang ada. Satu anak tidak kebagian kursi. Kegiatan ini diulang hingga tiga kali dengan melakukan kegiatan yang sama, hingga akhirnya terdapat tiga anak yang tidak mendapatkan kursi. Ketiga anak tersebut diminta memberikan penampilan untuk menghibur anggota kelompok lainnya. Tujuan dari kegiatan *movement exercise* ini adalah untuk melatih gerak dan fokus. Kita harus fokus akan tujuan yang ingin dicapai.

4. Memasuki kegiatan inti, konselor akan membagikan kertas berisi format analisa ABC dan menyiapkan perlengkapan alat tulisnya. Selanjutnya konselor meminta seluruh anggota kelompok fokus pada format analisa ABC yang ada, dengan mem *break down* hasil *asesment* di sesi sebelumnya ke dalam format rumusan ABC tersebut.
5. Konselor membantu konseli (anggota kelompok) untuk melihat penyebab (A) sehingga menyebabkan munculnya perilaku (B) hingga kini dengan menyertakan seberapa sering, lama dan intensnya perilaku tersebut hingga kini, Perilaku yang muncul di arahkan kepada indikator yang seharusnya ada pada individu yang memiliki *self efficacy* akademik, serta dampak atau konsekuensi (C) yang muncul hingga sekarang.

6. Konselor akan menutup sesi konseling dengan meminta konseli berbagi pengalaman di hadapan kelompok hasil analisa ABC dari perilaku yang muncul.
7. Selanjutnya konselor akan menyimpulkan pertemuan konseling di sesi kedua, mengingatkan pertemuan berikutnya pada sesi ketiga dan menutup dengan doa.

*Form 1*

NAMA/KELAS:

**ANALISIS ABC RENDAHNYA *SELF-EFFICACY* AKADEMIK**

A : *ANTECEDENT*

- 1.
- 2.
- 3.

B: *BEHAVIOR*

INTENSITAS	FREKUENSI	DURASI

C : *CONSEQUENCE*

- 1.
- 2.
- 3.

## **RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK**

### **SESI 3**

#### **A. TUJUAN KONSELING**

Sesi ketiga pada konseling kelompok ini merupakan penetapan tujuan perilaku yang diharapkan, dengan berpijak pada hasil analisis ABC pada sesi kedua.

Tujuan konseling pada sesi ketiga ini adalah membantu konseli untuk menetapkan tujuan perilaku yang diharapkan agar memberikan dampak yang lebih baik, yang mendukung *self efficacy* akademik konseli.

Indikator keberhasilan dari sesi konseling ketiga adalah konseli mampu mengubah atau mengeliminasi perilaku yang mal-adaptif menjadi perilaku yang mendukung hingga berdampak pada pencapaian *self efficacy* akademik.

#### **B. PERENCANAAN KONSELING**

Durasi konseling : 45-135 menit

Proses konseling akan melibatkan: 1 orang konselor, 1 orang observer dan 10 orang anggota konseling kelompok.

Tempat pelaksanaan konseling: Ruang Bimbingan Konseling SMA Kolese Gonzaga.

Tahap-tahap pelaksanaan:

1. Konselor membuka sesi konseling kelompok dan menanyakan kabar serta kesiapan konseli untuk mengikuti kegiatan konseling.

2. Konselor melakukan pencairan dengan bernyanyi bersama gerak dan lagu.
3. Konselor memasuki kegiatan inti dengan terlebih dahulu *mereview* hasil pertemuan pada sesi sebelumnya yaitu analisis ABC yang telah dibuat oleh masing-masing konseling.
4. Konselor membantu konseli untuk memandang masalah atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan.
5. Konselor memperlihatkan tujuan konseli berdasarkan kemungkinan hambatan-hambatan situasional tujuan belajar yang dapat diterima dan dapat diukur.
6. Konselor dan konseli bersama-sama mendata hambatan-hambatan yang ada, sehingga dapat membantu konseli agar dapat meningkatkan keyakinan diri akademik tersebut.
7. Konselor menutup kegiatan konseling dengan terlebih dahulu menyampaikan ringkasan mengenai proses konseling yang telah dilaksanakan dan memberi penjelasan singkat mengenai rencana konseling sesi keempat.

Media yang diperlukan:

1. Kertas HVS.
2. Spidol
3. Pulpen atau pensil
4. Lembar kerja Penetapan Tujuan Perubahan Perilaku

### C. PENDEKATAN DAN TEKNIK KONSELING

Pada sesi ketiga ini konselor akan melakukan penetapan tujuan perubahan perilaku. Adapun uraian rencana pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

1. Konselor membuka sesi konseling setelah semua anggota kelompok hadir dengan memperhatikan batas waktu maksimal keterlambatan. Konselor mengucapkan salam dan apresiasi atas kehadiran konseli dan menanyakan keadaan semua anggota kelompok.
2. Konselor mengawali kegiatan sesi ketiga ini dengan doa pembuka. Konselor meminta salah satu sukarelawan dari anggota kelompok.
3. Agar konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar dan bersemangat serta ceria, mengingat kegiatan ini dilakukan pada sore hari selepas pulang sekolah, konselor mengajak para anggota kelompok untuk menyanyi bersama dengan gerakan yang dipimpin langsung oleh salah satu anggota kelompok sebagai sukarelawan.
4. Setelah selesai melakukan pencairan dan sekaligus pemfokusan, konselor melakukan apersepsi sesi sebelumnya. Konselor mengajak seluruh anggota kelompok untuk mengingat kembali pertemuan mengidentifikasi pengalaman-pengalaman yang berhubungan dengan rendahnya *self efficacy* akademik yang dialami, beserta frekuensi, intensitas, penyebab muncul perilaku tersebut dan bagaimana mengatasinya.
5. Keseluruhan pengidentifikasian tersebut, dituangkan ke dalam analisis ABC dengan menggunakan lembar kerja.

6. Selanjutnya masuk ke dalam kegiatan inti, konselor membantu konseli untuk memandang masalahnya atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan. Tujuan ini dimaksudkan agar perilaku para anggota kelompok menjadi lebih kondusif.
7. Konselor membantu konseli menetapkan perubahan perilaku dengan melihat pada analisa ABC di sesi sebelumnya. Dengan menetapkan perubahan perilaku tentu akan berimbas kepada dampak yang akan muncul. Dampak tersebut juga harus dituliskan dalam lembar kerja, sambil juga mencari pencetus yang seperti apa akan muncul bila ingin menetapkan perilaku yang baru.
8. Konselor mempersiapkan lembar kerja penentuan tujuan perilaku yang diharapkan. Setiap dari konseli mengerjakan secara individual terlebih dahulu, setelah semua selesai mengerjakan, maka para konseli masuk ke dalam kelompok-kelompok kecil berdua-dua untuk berbagi rencana tujuan perilaku yang diharapkan.
9. Konselor menutup kegiatan konseling sesi ketiga, Konselor memotivasi para anggota kelompok, untuk meninjau ulang target perubahan yang dilakukan.
10. Selanjutnya konselor akan menyimpulkan isi konseling pada sesi ini dan memberikan penugasan kepada anggota kelompok agar memilih suatu film, dimana film tersebut sangat menginspirasi hidup masing-masing dari kalian.  
Adapun syarat dalam memilih film;
  - a. Tokoh dalam film tersebut adalah orang, bukan kartun atau bentuk animasi lainnya.
  - b. Tokoh dalam film tersebut memiliki usia remaja.

- c. Tokoh dalam film tersebut dapat menginspirasi dan menyemangati kamu dalam mengatasi masalah yang kamu alami terkait dengan *self efficacy* akademik.
  - d. Masing-masing memberikan judul film kepada ibu, agar ibu juga dapat mengetahui film yang kalian pilihkan.
  - e. Membuat refleksi dari film tersebut. Tokoh siapa yang menginspirasi kalian. Mengapa tokoh tersebut menginspirasi? Apa yang dilakukan oleh tokoh tersebut?
  - f. Refleksi tersebut dikumpulkan dan akan dibahas pada pertemuan di sesi keempat.
11. Konseli menutup sesi konseling dan menjelaskan rencana konseling selanjutnya.
12. Kegiatan konseling kelompok sesi ketiga selesai.



## **RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK SESI 4 dan SESI 5**

### **A. TUJUAN KONSELING**

Sesi keempat dan kelima pada konseling kelompok ini memasuki teknik modeling simbolik. Pada sesi ke empat konselor akan melakukan tahap pertama dalam teknik modeling yaitu proses *attentional*, sedangkan pada sesi kelima, merupakan tahap kedua dalam teknik modeling yaitu proses *retentional*.

Proses *attentional* adalah sebuah proses mencontoh atau modeling melalui observasi terhadap model atau tokoh yang dikagumi. Tokoh tersebut dipilih oleh konseli karena menurut konseli tokoh ini dapat membantu dirinya untuk mencapai penetapan tujuan yang diharapkan.

Selanjutnya proses *retentional* adalah yaitu suatu proses mengingat kembali informasi pengalaman dari model yang di berikan pada pertemuan sebelumnya, berbagi pengalaman dari model tersebut pada pertemuan yang terdahulu yang menyentuh dan memotivasi dari masing-masing anggota kelompok. Informasi dari model tersebut diendapkan secara kognitif, dan informasi yang diendapkan tersebut akan diambil saat dibutuhkan sebagai penguatan.

Indikator keberhasilan dari sesi konseling keempat dan kelima ini adalah konseli mampu memutuskan dan mengapa konseli memutuskan memilih tokoh tersebut. Apa yang dilihat dari tokoh tersebut, bagaimana konseli menghubungkan tokoh dalam film dengan permasalahan perilaku dan bagaimana detail perilakunya.

Selain itu, konseli mampu meniru atau mengulang perilaku dari tokoh atau model yang dipilih, yang dapat membantu konseli untuk mencapai tujuan perubahan perilaku yang diharapkan.

## **B. PERENCANAAN KONSELING**

Durasi konseling : 45-180 menit

Proses konseling akan melibatkan: 1 orang konselor, 1 orang observer dan 10 orang anggota konseling kelompok.

Tempat pelaksanaan konseling: Ruang Bimbingan Konseling SMA Kolese Gonzaga.

Tahap-tahap pelaksanaan:

1. Konselor membuka sesi konseling kelompok dan menanyakan kabar serta kesiapan konseli untuk mengikuti kegiatan konseling.
2. Konselor memulai sesi keempat dan kelima ini dengan doa pembukaan dilanjutkan dengan mengucapkan yel-yel motivasi dengan tujuan untuk mendukung proses modeling dapat dijalankan dengan penuh semangat.
3. Konselor memasuki kegiatan inti dengan terlebih dahulu *mereview* hasil pertemuan pada sesi sebelumnya yaitu penetapan tujuan perubahan perilaku berdasarkan analisis ABC sebelumnya.
4. Setelah *mereview* dan melihat keyakinan dari anggota kelompok terhadap tujuan perubahan perilaku yang diharapkan, konselor mengakhiri tahap *asesment* sebelum memasuki teknik modeling simbolik.

5. Konselor melanjutkan dengan tahap-tahapan dalam teknik modeling simbolik, karena proses *attentional* dan proses *retentional* karena memiliki kaitan yang erat.
6. Konselor menagihkan PR kepada konseli, yaitu film yang menginspirasi konseli, secara khusus tokoh dalam film yang dapat membantu konseli mencapai tujuan perubahan perilaku.
7. Konselor mencatat judul film dan tokoh yang akan dijadikan model oleh konseli.
8. Konselor menjelaskan bahwa sekarang kita akan memasuki sesi keempat yaitu proses *attentional*.
9. Konselor menggali dari masing-masing konseli bagaimana memutuskan dan mengapa konseli memutuskan memilih tokoh tersebut. Apa yang dilihat dari tokoh tersebut, bagaimana konseli menghubungkan tokoh dalam film dengan permasalahan perilaku dan bagaimana detail perilakunya. Dengan melihat tokoh tersebut dapat membantu konseli mencapai tujuan perubahan perilaku yang diharapkan.
10. Selanjutnya konselor menjelaskan bahwa kita akan memasuki sesi kelima yaitu proses *retentional*.
11. Konselor menjelaskan proses *retentional* yaitu suatu proses mengingat kembali informasi pengalaman dari model yang di berikan pada pertemuan sebelumnya, berbagi pengalaman dari model tersebut pada pertemuan yang terdahulu yang menyentuh dan memotivasi dari masing-masing anggota kelompok. Informasi dari model tersebut diendapkan secara kognitif, dan

informasi yang diendapkan tersebut akan diambil saat dibutuhkan sebagai penguatan.

12. Setelah kedua proses ini dilakukan, konselor mengajak konseli untuk masuk kedalam kelompok kecil, yaitu berdua-dua untuk secara sekaligus membagikan pengalaman pada kedua proses ini bersama-sama.
13. Selanjutnya konseli membagikan pengalaman tahap ini dalam kelompok besar.
14. Diharapkan kelompok besar dapat memberikan masukan ataupun penguat dari hasil berbagi masing-masing konseli.
15. Konselor meminta konseli membuat hasil refleksi dan komitmen terhadap tujuan perubahan perilaku.
16. Konselor menutup kegiatan konseling dengan terlebih dahulu menyampaikan ringkasan mengenai proses konseling yang telah dilaksanakan dan memberi penjelasan singkat mengenai rencana konseling sesi keenam.

Media yang diperlukan:

1. Kertas HVS.
2. Spidol.
3. Pulpen atau pensil.
4. Lembar kerja Penetapan Tujuan Perubahan Perilaku

### C. PENDEKATAN DAN TEKNIK KONSELING

Pada sesi keempat dan kelima ini konselor akan melakukan proses dalam teknik modeling. Adapun uraian rencana pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

1. Konselor membuka sesi konseling setelah semua anggota kelompok hadir dengan memperhatikan batas waktu maksimal keterlambatan. Konselor mengucapkan salam dan apresiasi atas kehadiran konseli dan menanyakan keadaan semua anggota kelompok.
2. Konselor mengawali kegiatan sesi keempat dan kelima ini dengan doa pembuka. Konselor meminta salah satu sukarelawan dari anggota kelompok.
3. Agar konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar dan bersemangat serta ceria, mengingat kegiatan ini dilakukan pada sore hari selepas pulang sekolah, konselor mengajak para anggota kelompok untuk mengucapkan yel-yel motivasi yang sudah dibuat dengan penuh semangat. Dipimpin oleh salah satu anggota kelompok.
4. Setelah selesai melakukan pencairan dan sekaligus pemfokusan, konselor melakukan apersepsi sesi sebelumnya. Konselor mengajak seluruh anggota kelompok untuk mengingat kembali penetapan tujuan perubahan perilaku berdasarkan analisis ABC sebelumnya.
5. Setelah *mereview* dan melihat keyakinan dari anggota kelompok terhadap tujuan perubahan perilaku yang diharapkan, konselor mengakhiri tahap *asesment* sebelum memasuki teknik modeling simbolik.
6. Konselor menjelaskan kepada konseli bahwa dalam pertemuan kali ini, akan dilakukan dua sesi sekaligus, mengingat sesi keempat dan kelima

berhubungan dengan erat, sehingga pertemuan kali ini akan memakan waktu yang agak panjang. Konselor meminta persetujuan dengan konseli mengingat waktu pertemuan yang lebih panjang dari sebelumnya.

7. Selanjutnya konselor menagihkan PR kepada konseli, yaitu berupa film yang kiranya menginspirasi konseli, khususnya tokoh atau model yang berperan dalam film yang dipilih.
8. Konselor mengatakan bahwa kini akan masuk ke dalam proses *attentional*.
9. Konselor meminta konseli mengungkapkan secara singkat judul film dan nama tokoh yang dipilih, serta memberikan penjelasan sedikit berupa sipnosis jalannya film tersebut
10. Konselor menggali dari masing-masing konseli proses mengapa konseli memilih film tersebut, bagaimana konseli memilih film tersebut, siapa tokoh yang akan diambil sebagai model oleh konseli, mengapa konseli memilih tokoh tersebut sebagai model, dan apa yang dilakukan oleh tokoh tersebut.
11. Konselor meminta masing-masing konseli menjelaskan secara singkat, sehingga konselor dapat mencatatnya.
12. Selanjutnya konselor mengajak konseli masuk sesi kelima, yaitu proses *rententional*, yaitu konseli mengungkapkan perilaku tokoh apa yang menarik bagi konseli?
13. Konselor menjelaskan tahap *retentional* yaitu suatu proses mengingat kembali informasi pengalaman dari model yang di berikan pada pertemuan sebelumnya, berbagi pengalaman dari model tersebut pada pertemuan yang terdahulu yang menyentuh dan memotivasi dari masing-masing anggota

kelompok. Informasi dari model tersebut diendapkan secara kognitif, dan informasi yang diendapkan tersebut akan diambil saat dibutuhkan sebagai penguatan.

14. Konselor meminta setiap konseli dapat mengungkapkan perilaku yang di selama ini dilakukan oleh konseli dan membandingkan dengan perilaku yang dilakukan oleh tokoh dalam suatu keadaan yang sama.
15. Selanjutnya konselor meminta konseli masuk ke dalam kelompok kecil, yaitu berdua-dua.
16. Konselor meminta setiap konseli berbagi ulang proses *attentional* dan proses *retentional* yang sebelumnya telah diungkapkan. Dalam kelompok kecil ini masing-masing anggota kelompok mencoba lebih mendengarkan dan memberikan masukan atau masukan yang berguna.
17. Konselor mengamati proses yang terjadi dalam kelompok kecil.
18. Setelah masing-masing konseli berbagi proses *attentional* dan proses *retentional* dalam kelompok kecil, maka konselor mengajak konseli untuk kembali kedalam kelompok besar.
19. Dalam kelompok besar, konseli akan menceritakan apa yang disharingkan oleh anggota kelompoknya.
20. Konselor mencatat semua proses dalam tahap ini.
21. Konselor juga meminta konseli membuat refleksi sebagai penutup dari sesi keempat berupa refleksi dari tokoh film yang menjadikan konseli memilih tokoh tersebut, dan perilaku apa dilakukan oleh tokoh seraya membandingkan dengan perilaku yang dilakukan hingga kini oleh konseli.

22. Konseli juga membuat komitmen secara tertulis mengenai perubahan apa saja yang akan dilakukan memanut kepada tokoh yang dipilih.
23. Dengan refleksi dan penulisan ulang terhadap apa dilihat oleh konseli dapat membantu konseli mencapai tujuan pencapaian perilaku.
24. Konselor menutup kegiatan konseling dengan terlebih dahulu menyampaikan ringkasan mengenai proses konseling yang telah dilaksanakan dan memberi penjelasan singkat mengenai rencana konseling sesi keenam
25. Rencana konseling sesi keenam adalah memasuki proses *motoric production*.  
  
Tahap ini, konseli menerapkan pembentukan perilaku baru yang akan di bentuk berdasarkan perilaku tokoh yang akan dicontoh. Proses ini akan dilakukan selama 14 hari (2 minggu). Dalam pembentukan perilaku baru ini, maka konselor akan melakukan observasi secara langsung maupun melakukan wawancara yang akan dilakukan kepada guru-guru bidang studi terkait ataupun wali kelas masing-masing konseli.
26. Diharapkan konseli menjalankan proses ini dengan serius sesuai dengan komitmen tujuan perilaku yang akan yang akan di ubah.
27. Konseling sesi keempat dan kelima selesai.



*Lampiran form 4*

*Nama/ Kelas:*

**PROSES RETENTIONAL**

1. Judul film :

2. Tokoh :

3. Perilaku tokoh :

4. Tindakan yang dilakukan oleh tokoh yang dicontoh:

## **RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK**

### **SESI 6**

#### **A. TUJUAN KONSELING**

Sesi ke enam pada konseling kelompok ini memasuki tahap *motoric reproduction*. Tahap ini merupakan tahap keempat dalam teknik modeling simbolik.

Tahap *motoric reproduction* adalah tahap peniruan tingkah laku model. Pada tahap ini, konseli mengamati perilaku mereka sendiri dan membandingkan dengan repetansi kognitif dari pengalaman model. Setiap diskrepansi antara perilaku seseorang dengan perilaku model akan menimbulkan tindakan korektif. Proses ini terus berlangsung sampai ada kesesuaian yang sudah memuaskan antara perilaku dan model.

Konseli melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri apakah perilaku yang akan diubah sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan.

Indikator keberhasilan dari sesi konseling keenam ini adalah konseli mampu membuat perilaku baru yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan seperti yang telah ditetapkan pada sesi ke tiga.

Diharapkan perilaku baru konseli dari hari pertama hingga hari ke empat belas dapat semakin mendekati tujuan yang telah ditetapkan.

## **B. PELAKSANAAN KONSELING**

Pelaksanaan konseling pada tahap ini di bagi dalam 2 tahap.

Tahap pertama dilaksanakan sebagai berikut:

Durasi: 45-90 menit

Tempat pelaksanaan: Ruang BK SMA Kolese Gonzaga

Proses pelaksanaan: akan melibatkan 1 orang konselor, 1 orang observer dan 10 orang anggota konseling kelompok.

Tahap kedua dilaksanakan sebagai berikut:

Durasi: Selama proses pembelajaran selama 14 hari

Tempat pelaksanaan: Ruang kelas masing-masing

Proses pelaksanaan: akan melibatkan 1 anggota konseling kelompok dan guru bidang studi terkait.

Tahap-tahap pelaksanaan:

- a. Konselor membuka sesi konseling kelompok dan menanyakan kabar serta kesiapan konseli untuk mengikut kegiatan konseling.
- b. Konselor memulai sesi keenam dengan doa pembukaan dilanjutkan dengan mengucapkan yel-yel motivasi dengan tujuan untuk mendukung proses modeling dapat dijalankan dengan penuh semangat.
- c. Konselor memasuki kegiatan inti dengan terlebih dahulu mengulang kembali hasil pertemuan pada sesi sebelumnya yaitu proses *attentional* dan *retentional*.

- d. Setelah mereview hasil dari proses attentional dan retentional, konselor melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu tahap *motoric reproduction*.
- e. Konselor menjelaskan bahwa pada tahap ini, anggota konseling kelompok akan melakukan pembentukan perilaku yang baru sesuai dengan tujuan perilaku yang pernah ditentukan oleh masing-masing konseli. Pembentukan perilaku ini di dasarkan pada proses *attentional* dan *retentional* dari model yang dipilih oleh konseli.
- f. Konselor memberikan lembar evaluasi perubahan perilaku yang akan dilakukan oleh konseli yang bersangkutan.
- g. Konselor meminta para konseli mengukur sendiri perilaku mereka, sejauh mana perilaku bermasalah berubah menuju perilaku baru yang ingin dibentuk.
- h. Perubahan perilaku bermasalah menjadi perilaku baru dilaksanakan selama 14 hari.
- i. Konseli mencatat perubahan perilaku yang dilakukan setiap hari dan dilaporkan kepada konselor.
- j. Konselor juga melakukan wawancara kepada guru bidang mata pelajaran dimana konseli mengalami perilaku bermasalah sebelumnya.

Media yang diperlukan:

1. Spidol.
2. Pulpen atau pensil.
3. Lembar kerja; Pengukuran diri sendiri terhadap perubahan perilaku.

### C. PENDEKATAN DAN TEKNIK KONSELING

Pada sesi keenam, konselor akan melakukan proses dalam teknik modeling simbolik tahap *motoric reproduction*. Adapun uraian rencana pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

1. Konselor membuka sesi konseling setelah semua anggota kelompok hadir dengan memperhatikan batas waktu maksimal keterlambatan. Konselor mengucapkan salam dan apresiasi atas kehadiran konseli dan menanyakan keadaan semua anggota kelompok.
2. Konselor mengawali kegiatan sesi keenam ini dengan doa pembuka. Konselor meminta salah satu sukarelawan dari anggota kelompok.
3. Agar konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar dan bersemangat serta ceria, mengingat kegiatan ini dilakukan pada sore hari selepas pulang sekolah, konselor mengajak para anggota kelompok untuk mengucapkan yel-yel motivasi yang sudah dibuat dengan penuh semangat. Dipimpin oleh salah satu anggota kelompok.
4. Setelah selesai melakukan pencairan dan sekaligus pemfokusan, konselor melakukan apersepsi sesi sebelumnya. Konselor mengajak seluruh anggota kelompok untuk mengingat kembali proses *attentional* dan *retentional* yang telah dilakukan pada tahap sebelumnya.
5. Konselor membacakan kembali proses *attentional* dan *retentional* yang telah dibuat oleh konseli dalam kelompok.
6. Setelah mereview dan anggota kelompok menegaskan kembali terhadap proses pemilihan model, mengapa mereka memilih model tersebut, perilaku

apa yang nampak dalam model yang ingin di contoh oleh konseli dan mengapa konseli terinspirasi dengan perilaku tersebut, konselor mengajak anggota kelompok untuk melakukan peniruan perilaku model terkait dengan perubahan tujuan perilaku yang akan diubah oleh masing-masing konseli.

7. Konselor menjelaskan kepada konseli bahwa dalam tahap motoric reproduction, akan dilakukan pada kelas masing-masing selama 14 hari.
8. Selama proses ini, konselor mengingatkan anggota kelompok bahwa selama proses peniruan ini, konseli diminta untuk mengukur sendiri perubahan perilaku bermasalah yang telah dilakukan menuju pada perubahan perilaku yang baru. Anggota kelompok diminta untuk mengisi lembar kerja evaluasi pengukuran diri sendiri terhadap perubahan perilaku.
9. Konselor setiap hari akan mengecek format lembar kerja evaluasi pengukuran diri sendiri terhadap perilaku yang dilakukan oleh anggota kelompok.
10. Konselor juga melakukan wawancara dengan guru-guru mata pelajaran terkait dengan perilaku bermasalah dari anggota kelompok. Tujuan wawancara dengan guru-guru untuk menegaskan kembali apakah benar konseli benar melakukan perubahan perilaku sesuai dengan tujuan yang diharapkan.
11. Konselor mencatat hasil wawancara yang dilakukan dengan guru bidang mata pelajaran.
12. Konseling sesi keenam selesai.





*Lampiran form 7*

**PANDUAN WAWANCARA *SELF EFFICACY* AKADEMIK  
DENGAN GURU BIDANG STUDI**

1. Nama / Kelas :
2. Tanggal wawancara :
3. Pukul :
4. Perilaku yang diukur :
  - a. Bagaimana perilaku siswa dalam menyimak topik materi yang diberikan selama proses pembelajaran?
  - b. Apakah siswa melaksanakan belajar yang cukup untuk memahami materi pembelajaran?
  - b. Bagaimana siswa mengerjakan soal-soal evaluasi belajar yang diberikan?
  - c. Apakah siswa selalu hadir di kelas selama proses pembelajaran?
  - d. Bagaimana kemampuan siswa dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan di kelas besar?
5. Masukan dari guru bidang studi/ wali kelas :

## **RANCANGAN KONSELING KELOMPOK BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK MODELING SIMBOLIK, SESI 7 dan SESI 8**

### **1. TUJUAN KONSELING**

Konseling kelompok telah memasuki tahap motivasi dan penguatan serta sekaligus menutup rangkaian dari konseling kelompok. Karena itu, pada konseling kelompok sesi ini dilaksanakan secara langsung dua sesi sekaligus.

Sesi ketujuh pada konseling kelompok ini memasuki tahap motivasi dan penguatan. Tahap ini merupakan tahap keempat dalam teknik modeling simbolik.

Tahap motivasi dan penguatan, yaitu membentuk motivasi tinggi untuk melakukan tingkah laku model membuat belajar menjadi efektif. Imitasi lebih kuat pada tingkah laku yang diberi penguatan daripada dihukum.

Indikator keberhasilan dari sesi konseling ketujuh ini adalah konseli mampu menjalankan terus perilaku baru yang sesuai dengan tujuan yang diharapkan seperti yang telah ditetapkan pada sesi ketiga.

Diharapkan dengan motivasi dan penguatan, perilaku baru semakin muncul dan akhirnya menjadi perilaku menetap.

Pada sesi kedelapan, akan dilakukan penutupan dari seluruh rangkaian konseling kelompok. Pada tahap ini, tingkah laku konseli digunakan sebagai dasar untuk mengevaluasi efektivitas konselor dan efektivitas dari teknik yang digunakan, Terminasi lebih dari sekedar mengakhiri konseling. Terminasi meliputi; menguji apa yang konseli lakukan terakhir, eksplorasi kemungkinan konseling tambahan,

membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli dan memberi jalan untuk memantau secara terus menerus tingkah laku konseli.

Pada sesi penutup kegiatan konseling, konselor meminta kepada anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama proses konseling kelompok berlangsung, dan anggota kelompok mengisi kembali angket *self efficacy* akademik sebagai bentuk *posttest*.

## **2. PELAKSANAAN KONSELING**

Pelaksanaan konseling sesi ketujuh dan kedelapan dilaksanakan sebagai berikut:

Durasi: 135 menit

Tempat pelaksanaan: Ruang BK SMA Kolese Gonzaga

Proses pelaksanaan: akan melibatkan 1 orang konselor, 1 orang observer dan 10 orang anggota konseling kelompok.

Tahap-tahap pelaksanaan:

1. Konselor membuka sesi konseling kelompok dan menanyakan kabar serta kesiapan konseli untuk mengikut kegiatan konseling.
2. Konselor memulai sesi ketujuh dengan doa pembukaan dilanjutkan dengan mengucapkan yel-yel motivasi dengan tujuan untuk mendukung proses modeling dapat dijalankan dengan penuh semangat.
3. Konselor memasuki kegiatan inti dengan terlebih dahulu melihat kembali hasil pertemuan pada sesi sebelumnya yaitu proses *motoric reproduction*.

4. Saat melihat kembali hasil dari proses *motoric reproduction*, Konselor segera memperkuat perilaku-perilaku yang telah dilakukan oleh anggota konseling kelompok dalam tahap pembentukan perilaku.
5. Selanjutnya konselor melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu tahap motivasional dan penguatan. Pada tahap ini, konselor meminta pada seluruh anggota kelompok untuk membuat penguatan atau motivasi yang akan dilaksanakan jika proses pembentukan perilaku baru berjalan sesuai dengan tujuan yang ditentukan oleh masing-masing konseli.
6. *Reward* dan motivasi pribadi dituliskan dalam sebuah kertas yang akan menjadi pegangan bagi konselor dan konseli secara pribadi.
7. Konselor selanjutnya melakukan evaluasi dari seluruh rangkaian konseling kelompok yang telah dilaksanakan selama tujuh sesi.
8. Konselor mempersiapkan alat *dart game*, sebagai lambang untuk mengakhiri kegiatan konseling kelompok.
9. Konselor mempersiapkan angket *self efficacy* akademik sebagai bentuk *posttest*.

Media yang diperlukan:

1. Kertas HVS.
2. Spidol.
3. Pulpen atau pensil.
4. Alat *dart game*

### 3. PENDEKATAN DAN TEKNIK KONSELING

Pada sesi ketujuh dan kedelapan, konselor akan melakukan proses dalam teknik modeling simbolik tahap motivasi dan penguatan, serta melakukan rangkaian penutup proses konseling kelompok. Adapun uraian rencana pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

1. Konselor membuka sesi konseling setelah semua anggota kelompok hadir dengan memperhatikan batas waktu maksimal keterlambatan. Konselor mengucapkan salam dan apresiasi atas kehadiran konseli dan menanyakan keadaan semua anggota kelompok.
2. Konselor mengawali kegiatan sesi ketujuh ini dengan doa pembuka. Konselor meminta salah satu sukarelawan dari anggota kelompok.
3. Agar konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar dan bersemangat serta ceria, mengingat kegiatan ini dilakukan pada sore hari selepas pulang sekolah, konselor mengajak para anggota kelompok untuk mengucapkan yel-yel motivasi yang sudah dibuat dengan penuh semangat. Dipimpin oleh salah satu anggota kelompok.
4. Setelah selesai melakukan pencairan dan sekaligus pemfokusan, konselor melakukan apersepsi sesi sebelumnya. Konselor mengajak seluruh anggota kelompok untuk mengingat kembali proses *motoric reproduction* yang telah dilakukan pada tahap sebelumnya.
5. Konselor membacakan kembali hasil pengukuran diri yang telah dibuat oleh konseli secara pribadi. Saat membacakan hasil pengukuran diri yang dibuat

oleh konseli, konselor sekaligus memberi motivasi dan penguat terhadap perilaku yang berhasil dibentuk.

6. Selanjutnya konselor menegaskan, bahwa motivasi dan penguatan yang berasal dari luar (*ekstrinsik*) akan berakhir yaitu penguatan yang berasal dari konselor selama proses konseling kelompok, dan para anggota kelompok harus mulai membuat sendiri motivasi dan penguatan dari dalam dirinya masing-masing agar perilaku baru yang dibentuk terus terjadi.
7. Dalam dua bulan ke depan, konseli atau anggota kelompok akan memasuki raport kenaikan kelas, maka konseli diminta membuat motivasi dan penguatan apa yang akan mereka lakukan atau perbuat, bila perilaku baru yang mereka harapkan dapat terus terjadi secara berkesinambungan. Sehingga perilaku baru yang terus terbentuk, akan mempengaruhi *self efficacy* akademik, yang akhirnya akan berdampak kepada peningkatan prestasi akademik.
8. Anggota kelompok membacakan rencana motivasi dan penguatan yang akan mereka laksanakan.
9. Anggota kelompok memberikan dukungan kepada sesama anggota kelompok, dalam melaksanakan perilaku baru setelah selesai proses konseling kelompok.
10. Sebagai lambang bahwa mereka akan fokus melaksanakan perilaku baru dalam rangka meningkatkan *self efficacy* akademik, maka masing-masing anggota kelompok melemparkan anak panah pada papan *dart game* yang telah disiapkan.

11. Konselor menutup kegiatan sesi ketujuh yaitu tahap motivasi dan penguatan, sekaligus melakukan evaluasi akhir dari rangkaian keseluruhan proses konseling kelompok sejak awal, dengan meminta kesan-kesan dari seluruh anggota konseling kelompok secara lisan maupun tertulis.
12. Konselor mengucapkan terimakasih atas kerjasama yang baik selama proses konseling kelompok.
13. Konselor bersama-sama mengajak seluruh anggota konseling kelompok untuk saling bergandengan tangan dan menyanyikan lagu mars Kolese Gonzaga serta diakhiri dengan yel-yel motivasi “aku pasti bisa”
14. Konseling sesi ketujuh dan kedelapan selesai.

### **Alat Ukur *Self Efficacy* Akademik**

**Nama** :  
**Kelas / No** :  
**Usia** :  
**Jenis Kelamin** :

Seberapa besar Anda yakin dapat mengerjakan setiap kegiatan yang tertera dibawah ini?

Berilah tanda centang (✓) pada salah satu kolom yang paling sesuai, untuk masing-masing pernyataan di bawah ini.

No	Pernyataan	Sangat Sering (5)	Sering (4)	Cukup (3)	Jarang (2)	Sangat Jarang (1)
1.	Membuat catatan yang rapi selama proses pembelajaran					
2.	Berpartisipasi dalam diskusi kelas					
3.	Menjawab pertanyaan di dalam kelas besar					
4.	Menjawab pertanyaan di dalam kelompok					
5.	Mengerjakan ujian “objektif” (pilihan ganda, benar/salah, menjodohkan)					
6.	Mengerjakan ujian esai					
7.	Menulis makalah yang berkualitas					
8.	Menyimak topik yang sulit dengan seksama selama pembelajaran					
9.	Membimbing siswa lain dalam belajar					

No	Pernyataan	Sangat Sering (5)	Sering (4)	Cukup (3)	Jarang (2)	Sangat Jarang (1)
10.	Menjelaskan sebuah konsep kepada siswa lain					
11.	Meminta guru di kelas untuk menjelaskan kembali konsep yang belum kamu mengerti					
12.	Mendapatkan nilai yang bagus pada sebagian besar mata pelajaran					
13.	Belajar yang cukup untuk memahami materi mata pelajaran secara seksama					
14.	Mencalonkan diri sebagai ketua/anggota di organisasi kesiswaan					
15.	Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan ekstra kurikuler					
16.	Membuat guru menghargai kamu					
17.	Hadir pada seluruh proses pembelajaran secara teratur.					
18.	Tetap mengikuti pembelajaran di kelas secara konsisten walaupun membosankan					
19.	Membuat guru berpikir bahwa kamu memperhatikan di kelas					
20.	Memahami sebagian besar soal ulangan					
21.	Memahami sebagian besar materi pembelajaran yang diberikan di kelas					

<b>No</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>Sangat Sering (5)</b>	<b>Sering (4)</b>	<b>Cukup (3)</b>	<b>Jarang (2)</b>	<b>Sangat Jarang (1)</b>
22.	Mampu melakukan penghitungan matematika dasar					
23.	Mampu menggunakan komputer					
24.	Menguasai sebagian besar pelajaran matematika					
25.	Berbicara dengan guru secara pribadi untuk mengenal Beliau lebih jauh					
26.	Menghubungkan materi mata pelajaran tertentu dengan materi mata pelajaran lain					
27.	Mendebat pendapat guru di kelas					
28.	Menerapkan materi pembelajaran di kelas ke dalam kegiatan praktek					
29.	Memanfaatkan perpustakaan dengan baik					
30.	Mendapatkan nilai yang baik					
31.	Mencicil pelajaran daripada mempelajarinya sekaligus					
32.	Memahami bacaan-bacaan sulit dalam buku pelajaran					
33.	Menguasai materi mata pelajaran yang tidak menarik					

## LAMPIRAN

### 1. REKAPITULASI PENYEBARAN SKOR IQ MENURUT SKALA IST

Skor IQ (IST)	IPA 1 – IPA 5	IPS 1 – IPS 3
119 >	99 siswa	36 siswa
105 – 118	42 siswa	24 siswa
100 – 104	8 siswa	25 siswa
95 – 99	2 siswa	5 siswa
81 – 94	-	-
< 81	-	-
Jumlah siswa	151 siswa	90 siswa

### 2. REKAPITULASI PENYEBARAN HASIL PRESTASI AKADEMIK

#### KELAS XI

PRESTASI	IPA 1	IPA 2	IPA 3	IPA 4	IPA 5	IPS 1	IPS 2	IPS 3
90 >	5	3	1	4	2	2	1	1
88.00 - 89.99	4	3	4	5	5	5	3	3
85.00 - 87.99	8	5	9	3	5	6	9	6
80.00 - 84.99	5	14	9	12	9	11	9	12
75.00 - 79.99	5	5	6	3	7	3	4	3
<b>70.00 - 74.99</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
<b>&lt; 70</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0</b>
Jumlah siswa	29	31	30	30	31	31	30	29

### 3. Uji Validitas

No	Item Pertanyaan	r-hitung	p-value	r-tabel	Keterangan
1	Item 1	,504**	0,000	0,230	Valid
2	Item 2	,598**	0,000	0,230	Valid
3	Item 3	,516**	0,000	0,230	Valid
4	Item 4	,341**	0,003	0,230	Valid
5	Item 5	,254*	0,030	0,230	Valid
6	Item 6	,465**	0,000	0,230	Valid
7	Item 7	,527**	0,000	0,230	Valid
8	Item 8	,602**	0,000	0,230	Valid
9	Item 9	,675**	0,000	0,230	Valid
10	Item 10	,595**	0,000	0,230	Valid
11	Item 11	,566**	0,000	0,230	Valid
12	Item 12	,505**	0,000	0,230	Valid
13	Item 13	,617**	0,000	0,230	Valid
14	Item 14	,561**	0,000	0,230	Valid
15	Item 15	,284*	0,015	0,230	Valid
16	Item 16	,448**	0,000	0,230	Valid
17	Item 17	0,218	0,064	0,230	Tidak Valid
18	Item 18	0,168	0,156	0,230	Tidak Valid
19	Item 19	,331**	0,004	0,230	Valid
20	Item 20	,506**	0,000	0,230	Valid
21	Item 21	,649**	0,000	0,230	Valid
22	Item 22	,243*	0,038	0,230	Valid
23	Item 23	0,171	0,148	0,230	Tidak Valid
24	Item 24	,382**	0,001	0,230	Valid
25	Item 25	,538**	0,000	0,230	Valid
26	Item 26	,469**	0,000	0,230	Valid
27	Item 27	,477**	0,000	0,230	Valid
28	Item 28	,546**	0,000	0,230	Valid
29	Item 29	,314**	0,007	0,230	Valid
30	Item 30	,562**	0,000	0,230	Valid
31	Item 31	,543**	0,000	0,230	Valid
32	Item 32	,540**	0,000	0,230	Valid
33	Item 33	,466**	0,000	0,230	Valid

#### 4. Uji Reliabilitas

**Case Processing Summary**

		N	%
Valid		73	100,0
Cases Excluded <sup>a</sup>		0	,0
Total		73	100,0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,886	33

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item 1	107,9589	171,012	,440	,882
Item 2	107,4247	172,414	,558	,880
Item 3	108,0685	172,009	,460	,882
Item 4	107,1918	177,963	,287	,885
Item 5	106,8904	180,793	,208	,886
Item 6	106,9315	176,815	,425	,883
Item 7	108,4521	172,307	,475	,881
Item 8	107,6301	170,542	,556	,880
Item 9	108,0137	167,097	,630	,878
Item 10	107,7260	168,896	,541	,880
Item 11	108,2466	170,994	,515	,881
Item 12	107,6301	174,959	,462	,882
Item 13	107,6438	170,871	,574	,880

Item 14	108,4795	169,253	,502	,881
Item 15	107,0274	178,805	,222	,886
Item 16	107,1918	177,213	,407	,883
Item 17	106,5753	181,553	,173	,886
Item 18	106,9863	181,930	,111	,888
Item 19	107,2329	177,931	,274	,885
Item 20	107,3014	175,047	,463	,882
Item 21	107,3973	170,854	,611	,879
Item 22	106,9041	180,588	,192	,886
Item 23	107,0411	181,846	,115	,888
Item 24	107,4658	175,641	,317	,885
Item 25	108,8630	170,731	,480	,881
Item 26	108,0685	174,231	,415	,883
Item 27	108,7534	172,911	,418	,883
Item 28	108,0000	172,694	,499	,881
Item 29	108,7808	177,562	,248	,886
Item 30	107,4795	175,170	,527	,881
Item 31	108,5616	168,000	,473	,882
Item 32	108,2055	172,832	,492	,881
Item 33	108,0685	175,565	,420	,883

## 5. Uji Hipotesa Wilcoxon pada kelompok eksperimen

Adapun rumusan hipotesis pertama adalah sebagai berikut.

Ho : Tidak terdapat pengaruh teknik modeling dalam konseling kelompok terhadap *self efficacy* akademik siswa kelas XI SMA Kolese Gonzaga.

Ha : Terdapat pengaruh teknik modeling dalam konseling kelompok terhadap *self efficacy* akademik siswa kelas XI SMA Kolese Gonzaga

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	10	92,9000	5,87745	82,00	100,00
Post-test	10	113,2000	17,02808	89,00	140,00

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	,00	,00
Positive Ranks	9 <sup>b</sup>	5,00	45,00
Ties	1 <sup>c</sup>		
Total	10		

a. Post-test < Pretest

b. Post-test > Pretest

c. Post-test = Pretest

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post-test - Pretest
Z	-2,668 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,008

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

## 6. Uji Wilcoxon pada kelompok kontrol

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	10	94,4000	5,96657	78,00	99,00
Post-test	10	101,0000	8,19214	82,00	109,00

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	1 <sup>a</sup>	6,00	6,00
Positive Ranks	9 <sup>b</sup>	5,44	49,00
Ties	0 <sup>c</sup>		
Total	10		

a. Post-test < Pretest

b. Post-test > Pretest

c. Post-test = Pretest

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post-test - Pretest
Z	-2,196 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,028

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

## 7. Uji Gain Score

**Group Statistics**

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Gain	Eksperimen	10	20,3000	15,07057	4,76573
	Kontrol	10	6,6000	8,68204	2,74550

**Ranks**

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Gain	Eksperimen	10	13,45	134,50
	Kontrol	10	7,55	75,50
	Total	20		

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Gain
Mann-Whitney U	20,500
Wilcoxon W	75,500
Z	-2,237
Asymp. Sig. (2-tailed)	,025
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,023 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.