

LAMPIRAN 1

ANGKET PENELITIAN

a. Petunjuk Penelitian Angket

1. Bacalah setiap pertanyaan secara teliti
2. Jawablah pertanyaan – pertanyaan dengan benar sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya.
3. Berilah tanda cek list (√) pada jawaban yang anggap benar, yang dianggap paling sesuai.

TP = Tidak Pernah

J = Jarang

S = Sering

SS = Sangat Sering

4. Jawaban anda tidak berpengaruh dengan nilai anda, dan akan dijaga kerahasiaanya.
5. Selamat mengerjakan dan Trimakasih

b. Identitas

Nama :

Kelas :

No	Indikator	Skor			
		TP	J	S	SS
1.	Saya tidak menangis meski saya tidak mendapat juara kelas				
2.	Saya tidak menangis meski saya tidak mendapat juara kelas				
3.	Saya jarang bergaul selain untuk kepentingan belajar				
4.	Saya tetap bergaul meski nilai saya turun				

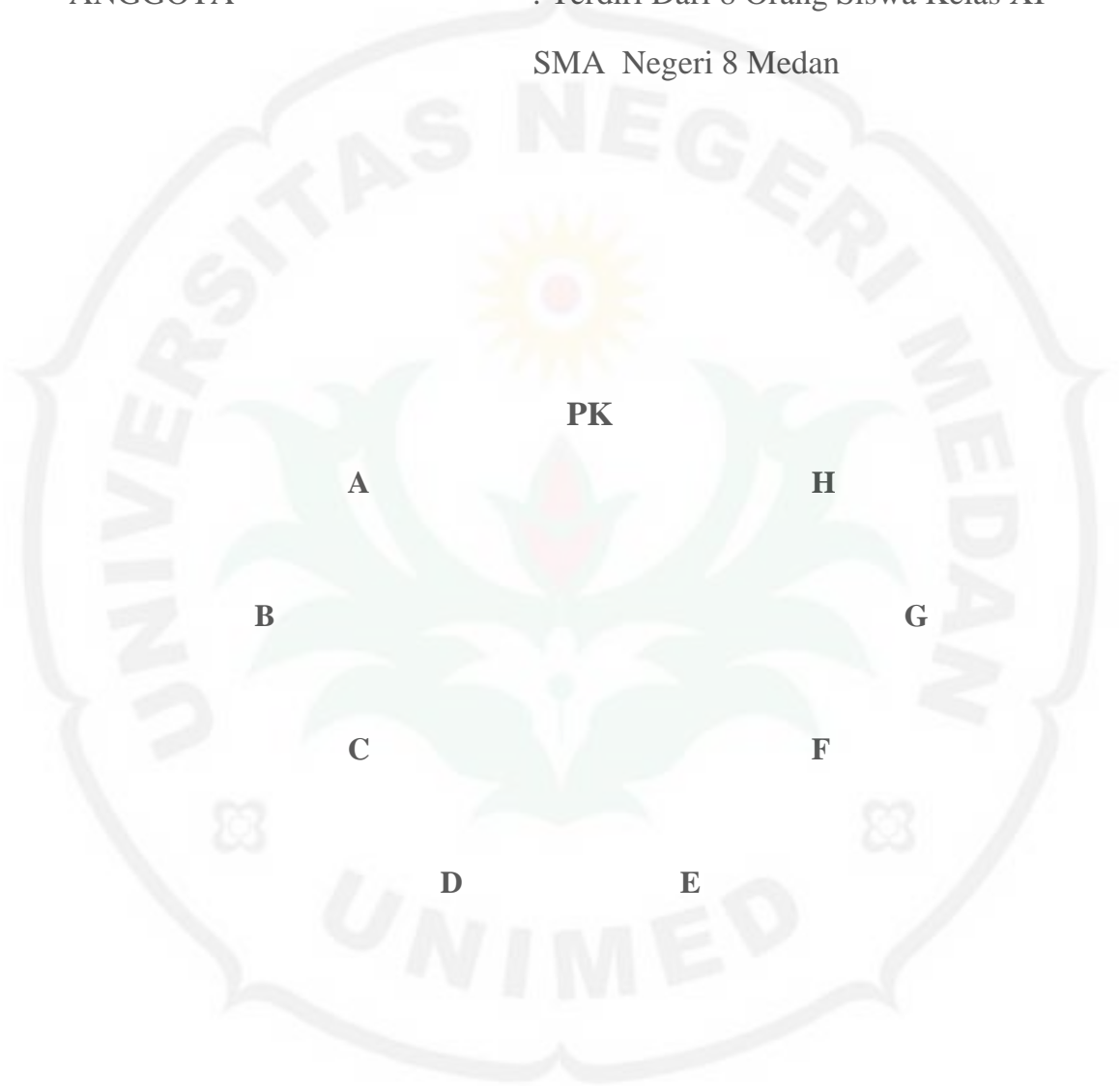
5.	Saya gelisah sebelum ujian dilaksanakan				
6.	Saya tidak marah ketika teman meminta bantuan kepada saya				
7.	Saya sedih jika nilai ulangan saya rendah				
8.	Saya berusaha tidak sedih walaupun tidak terpilih menjadi juara kelas				
9.	Saya gelisah sebelum ujian dilaksanakan				
10.	Agar tidak gelisah memikirkan nilai, saya menyiapkan diri untuk ujian				
11.	Saya mengalami sakit kepala saat memikirkan tugas yang menumpuk				
12.	Saya tidak mengalami sakit kepala meski beban belajar sangat berat				
13.	Saya mengalami detak jantung yang cepat saat memasuki kelas				
14.	Saya tidak merasakan detak jantung yang cepat saat guru memberikan pertanyaan				
15.	Saya mengalami sulit tidur ketika malam hari				
16.	Ketika guru memberikan banyak tugas saya tidak pernah sulit tidur				
17.	Saya berfikir negative jika teman saya tidak mau membantu saya mengerjakan tugas yang sulit				
18.	Ketika selesai ujian saya tidak pernah berfikir negatif dengan nilai yang akan saya dapatkan				
19.	Saya tidak berkonsentrasi belajar jika memikirkan banyak nya saingan memperebutkan juara kelas				
20.	Saya tetap berkonsentrasi belajar meskipun saya mengikuti ekstrakurikuler disekolah				
21.	Saya menarik diri jika tidak dapat menjawab pertanyaan dari guru				

22	Saya tetap mau menerima ajakan teman meski saya tidak mendapat nilai yang bagus				
23	Saya merasa tidak nyaman jika ada guru yang kejam masuk kedalam kelas				
24	Setelah ujian selesai saya berusaha menenangkan perasaan saya				
25	Sebelum pembagian raport saya terus menerus gelisah				
26	Saya tetap berusaha untuk tidak bersedih walaupun saya belum bias memenuhi keinginan orang tua				
27	Sejak masuk ke kelas unggulan menjadi juara kelas berat badansaya menurun				
28	Saya tidak mengalami penurunan berat badan meski saya selalu belajar				
29	Saya merasa bersalah jika saya tidak belajar				
30	Saya merasa khawatir dengan nilai jika saya terlalu banyak mengikuti kegiatan disekolah				
31	Saya bingung jika tugas yang diberikan guru tidak saya pahami				
32	Saya merasa bersalah jika saya tidak menjawab pertanyaan guru dengan sempurna				

PEMIMPIN KELOMPOK : Yulia Hikmah

ANGGOTA : Terdiri Dari 8 Orang Siswa Kelas XI

SMA Negeri 8 Medan



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 2

Sebaran Uji Validitas Angket Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi

Responden	NO ITEM																																Y	Y ²		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32				
1	1	4	3	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	2	2	1	4	3	3	3	2	93	8649		
2	1	4	2	3	2	4	4	1	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	3	3	4	2	4	4	4	4	1	4	2	43	4	4	139	19321		
3	1	1	1	2	2	4	4	3	4	4	2	3	2	4	1	4	3	2	3	1	1	4	3	2	4	2	1	4	1	3	1	2	79	6241		
4	2	4	3	3	3	4	3	2	3	2	2	4	3	1	4	2	2	3	2	1	4	3	2	3	3	1	2	2	4	4	3	86	7396			
5	2	2	2	3	2	4	2	4	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	75	5625			
6	1	3	4	2	1	4	2	3	2	2	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3	1	4	2	4	4	2	2	3	2	4	90	8100			
7	1	3	3	4	1	3	3	3	3	2	2	3	4	2	4	1	4	2	2	4	2	2	1	3	1	2	2	3	4	2	2	80	6400			
8	1	4	1	3	2	4	2	4	4	1	2	3	1	1	4	2	1	1	2	1	2	4	2	1	1	1	1	1	1	4	2	3	67	4489		
9	1	1	1	2	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	3	4	1	4	1	2	2	4	1	1	2	2	1	3	2	4	3	2	67	4489		
10	1	1	2	4	2	4	2	3	2	1	2	3	1	1	4	4	2	3	1	3	2	4	1	1	2	2	1	4	3	4	3	1	74	5476		
11	3	3	1	3	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	4	1	1	3	1	3	1	4	2	2	4	1	3	3	1	4	4	4	89	7921		
12	1	3	2	4	1	4	4	3	3	1	3	3	3	1	4	4	1	4	1	2	1	4	4	1	2	1	1	4	1	2	3	1	77	5929		
13	2	3	3	2	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	4	1	4	2	1	2	4	2	4	2	4	3	4	4	3	88	7744		
14	2	3	1	4	1	2	3	3	2	2	4	4	1	1	4	3	1	2	1	1	2	3	4	1	4	2	1	4	1	4	4	4	79	6241		
15	2	4	2	1	2	3	3	3	4	1	4	2	1	1	3	2	4	3	3	3	3	1	4	1	4	1	1	4	2	1	4	3	80	6400		
16	1	4	3	3	1	2	3	2	4	2	4	4	3	4	2	4	2	2	3	3	3	3	2	1	1	3	1	2	3	3	1	2	81	6561		
17	1	3	3	3	2	4	4	4	1	3	2	1	3	1	3	1	3	1	3	2	1	2	2	2	2	4	1	4	1	3	2	3	77	5929		
18	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	2	1	3	2	3	4	4	1	2	1	3	3	4	3	2	63	3969		
19	1	4	2	1	2	4	4	1	1	1	1	4	1	3	1	3	1	4	2	1	2	2	1	2	3	4	1	4	2	4	2	1	70	4900		
20	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	81	6561		
21	1	1	2	4	2	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	4	3	2	1	1	2	4	2	3	1	2	60	3600		
22	2	4	2	2	2	4	2	3	4	2	3	3	4	1	3	3	2	2	2	3	3	1	4	1	2	2	2	3	2	4	4	83	6889			
23	2	4	2	2	2	4	2	3	3	1	4	3	3	1	4	4	2	2	4	2	2	2	4	4	3	1	2	4	2	3	3	2	86	7396		
24	1	3	1	4	1	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	4	3	1	1	1	2	4	1	1	3	1	4	4	1	3	1	4	66	4356		
25	1	4	1	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	2	3	1	1	3	1	4	3	1	4	2	1	4	1	1	3	2	4	3	77	5929		
26	1	2	4	3	2	4	3	2	2	1	4	4	1	3	4	1	4	4	2	2	4	2	4	4	3	3	2	1	4	3	4	3	92	8464		
27	1	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	1	3	3	4	1	1	1	1	3	1	4	2	4	2	1	4	3	4	3	2	78	6084		
28	1	1	1	4	1	4	1	2	1	2	1	4	1	4	1	2	1	4	2	1	2	2	1	1	1	1	1	4	4	3	1	1	61	3721		
29	1	3	1	3	1	1	1	3	2	1	2	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	4	3	58	3364		
30	1	1	2	2	1	2	1	4	3	1	2	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	4	2	1	3	1	3	1	3	1	1	67	4489			
ΣX	40	84	61	82	57	97	80	79	78	56	77	86	60	68	74	90	60	80	60	65	63	88	82	58	79	60	44	97	64	134	83	77				
ΣX ²	62	276	149	248	127	345	238	235	242	122	235	270	160	190	224	308	156	240	148	171	149	296	264	146	247	150	82	341	158	2158	263	227				
(ΣX) ²	1600	7056	3721	6724	3249	9409	6400	6241	6084	3136	5929	7396	3600	4624	5476	8100	3600	6400	3600	4225	3969	7744	6724	3364	6241	3600	1936	9409	4096	17956	6889	5929				
ΣXY	3199	6839	4967	6411	4545	7840	6457	6210	6351	4413	6401	6794	5035	5354	6033	7295	4905	6342	4885	5324	5118	6844	6672	4806	6481	4933	3463	7726	5049	12976	6715	6250				
N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	ΣY	2363	
r hitung	0.204	0.432	0.402	-0.121	0.159	0.442	0.389	-0.030	0.410	0.006	0.681	0.051	0.606	-0.004	0.393	0.414	0.370	0.098	0.372	0.461	0.472	-0.176	0.418	0.506	0.513	0.468	-0.008	0.203	0.021	0.760	0.381	0.423	ΣY ²	192633		
r tabel	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	0.361	(ΣY) ²	5583769		
status	TV	V	V	TV	TV	V	V	TV	V	TV	V	TV	V	TV	V	V	V	V	TV	V	V	V	V	V	V	V	V	TV	TV	TV	V	V	V			
ob	0.289	1.360	0.832	0.796	0.623	1.046	0.822	0.899	1.307	0.582	1.246	0.782	1.333	1.196	1.382	1.267	1.200	0.889	0.933	1.006	0.557	1.262	1.329	1.129	1.299	1.000	0.582	0.912	0.716	51.982	1.112	0.979	Σob	82.648		
ot	216.912																																			
r11	0.698	Reliabilitas cukup tinggi					Item valid = 20										Item tidak valid = 12																			

Lampiran 3

Perhitungan Validitas Angket Stress Anak Berprestasi Belajar Tinggi

Validitas butir angket Stress anak berprestasi belajar tinggi dihitung dengan rumus Product Moment, yaitu :

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Untuk mengetahui validitas angket stress pada siswa berprestasi belajar tinggi, r-hitung dibandingkan dengan r-tabel pada taraf signifikan 5%. Atau alpha 0,05 maka butir angket dianggap valid, demikian sebaliknya.

Sebagai contoh, perhitungan koefisien korelasi antara item nomor 1 dengan skor total sebagai berikut :

$$\sum X = 40 \quad ; \quad \sum Y = 2363$$

$$\sum X^2 = 62 \quad ; \quad \sum Y^2 = 192633$$

$$\sum XY = 3199 \quad ; \quad N = 30$$

Maka dapat dihitung besaran dari indeks validitas (r_{xy}) sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{30 \times 3199 - (40)(2363)}{\sqrt{\{(30 \times 62) - (40)^2\} \{30(192633) - (2363)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{1450}{\sqrt{\{260\}\{195221\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{1450}{7124,42} = 0,204$$

$r_{xy} = 0,204$ dikonsultasikan terhadap $r_{xy\text{tabel}}$ pada taraf signifikansi 5% dengan $dk = N = 30$, diperoleh $r_{\text{tabel}} = 0,361$. Ternyata $r_{\text{hitung}} = 0,204 > r_{\text{tabel}} = 0,361$. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa butir item no.1 belum valid (sahih).

Secara lengkap di bawah ini disajikan hasil perhitungan validitas angket stress pada siswa berprestasi belajar tinggi.

Tabel: 1
Ringkasan Perhitungan Angket Siswa Berprestasi Belajar Tinggi

No. Butir	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
1	0,204	0,361	Tidak Valid
2	0,432	0,361	Valid
3	0,402	0,361	Valid
4	-0,121	0,361	Tidak Valid
5	0,159	0,361	Tidak Valid
6	0,442	0,361	Valid
7	0,389	0,361	Valid
8	-0,030	0,361	Tidak Valid
9	0,410	0,361	Valid
10	0,006	0,361	Tidak Valid
11	0,681	0,361	Valid
12	0,051	0,361	Tidak Valid
13	0,606	0,361	Valid
14	-0,004	0,361	Tidak Valid
15	0,393	0,361	Valid
16	0,414	0,361	Valid
17	0,370	0,361	Valid
18	0,098	0,361	Tidak Valid
19	0,372	0,361	Valid

No. Butir	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
20	0,461	0,361	Valid
21	0,472	0,361	Valid
22	-0,176	0,361	Tidak Valid
23	0,418	0,361	Valid
24	0,506	0,361	Valid
25	0,513	0,361	Valid
26	0,468	0,361	Valid
27	-0,008	0,361	Tidak Valid
28	0,203	0,361	Tidak Valid
29	0,021	0,361	Tidak Valid
30	0,760	0,361	Valid
31	0,381	0,361	Valid
32	0,423	0,361	Valid

Setelah r -hitung dibandingkan dengan r -tabel pada taraf signifikan 5% dan $N=30$, maka dari 32 butir angket yang diujicobakan dinyatakan 12 butir tidak valid yaitu nomor 1, 4, 5, 8, 10, 12, 14,18,22,27,28 dan 29, sehingga 20 butir yang valid digunakan untuk menjaring data penelitian.

Lampiran 4

Perhitungan Reliabilitas Angket Stress Siswa Berprestasi Belajar Tinggi

Reliabilitas angket stress siswa berprestasi belajar tinggi dihitung dengan menggunakan rumus alpha :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Contoh untuk menghitung Varians butir ($\sum \sigma_1^2$) dari butir item nomor 1 :

$$N = 30$$

$$\sum X = 40$$

$$\sum X^2 = 62$$

Maka :

$$\sum \sigma_1^2 = \frac{62 - \frac{(40)^2}{30}}{30} = 0,29$$

Dengan cara menghitung seperti pada butir item nomor 1 di atas, maka varians butir dari nomor 1 sampai selanjutnya ditentukan. Hasil seperti ditunjukkan pada table di bawah ini.

Tabel: 2

Varians Butir Item Angket Stress Siswa Berprestasi Belajar Tinggi

No.Item	σ_b^2	No.Item	σ_b^2
1	0,289	22	1,262
2	1,360	23	1,329
3	0,832	24	1,129
4	0,796	25	1,299
5	0,623	26	1,000
6	1,046	27	0,582
7	0,822	28	0,912
8	0,899	29	0,716
9	1,307	30	51,982
10	0,582	31	1,112
11	1,246	32	0,979
12	0,782		
13	1,333		
14	1,196		
15	1,382		
16	1,267		
17	1,200		
18	0,889		
19	0,933		
20	1,006		
21	0,557		
$\Sigma\sigma_b^2 = 83,649$			

Varians total dihitung dengan rumus :

$$\sigma_t^2 = \frac{\Sigma y^2 - \frac{(\Sigma y)^2}{N}}{N}$$

dari data uji coba diperoleh :

$$N = 30$$

$$\Sigma Y = 2363$$

$$\Sigma Y^2 = 192633$$

sehingga varians total adalah :

$$\sigma_t^2 = \frac{192633 - \frac{(2363)^2}{30}}{30} = 239,1346$$

Maka reliabilitas angket :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$
$$= \left(\frac{20}{20-1} \right) \times \left(1 - \frac{83,649}{239,1346} \right) = 0,650$$

Sehingga diperoleh reliabilitas angket stress siswa berprestasi belajar tinggi $r_{11} = 0,650$. Setelah dibandingkan dengan indeks korelasi termasuk dalam kategori sedang.

LAMPIRAN 5

ANGKET STRESS PADA ANAK BERPRESTASI BELAJAR TINGGI

a. Petunjuk Pengisian Angket

1. Bacalah setiap pertanyaan secara teliti
2. Jawablah pertanyaan – pertanyaan dengan benar sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya.
3. Berilah tanda cek list (\checkmark) pada jawaban yang anggap benar, yang dianggap paling sesuai.
TP = Tidak Pernah
J = Jarang
S = Sering
SS = Sangat Sering
4. Jawaban anda tidak berpengaruh dengan nilai anda, dan akan dijaga kerahasiaanya.
5. Selamat mengerjakan dan Trimakasih

c. Identitas

Nama :

Kelas :

No	Indikator	Skor			
		TP	J	S	SS
	Item Pertanyaan				
1.	Saya tidak menangis meski saya tidak mendapat juara kelas				
2.	Saya jarang bergaul selain untuk kepentingan belajar				
3.	Saya tidak marah ketika teman meminta bantuan kepada saya				
4.	Saya sedih jika nilai ulangan saya rendah				
5.	Saya gelisah sebelum ujian dilaksanakan				

6.	Saya mengalami sakit kepala saat memikirkan tugas yang menumpuk				
7.	Saya mengalami detak jantung yang cepat saat memasuki kelas				
8.	Saya mengalami sulit tidur ketika malam hari				
9.	Ketika guru memberikan banyak tugas saya tidak pernah sulit tidur				
10.	Saya berfikiran negatif jika teman saya tidak mau membantu saya mengerjakan tugas yang sulit				
11.	Saya tidak berkonsentrasi belajar jika memikirkan banyaknya saingan memperebutkan juara kelas				
12.	Saya tetap berkonsentrasi belajar meskipun saya mengikuti ekstrakurikuler di sekolah				
13.	Saya menarik diri jika saya tidak dapat menjawab pertanyaan dari guru				
14.	Saya merasa tidak nyaman jika ada guru yang kejam masuk kedalam kelas				
15.	Setelah ujian selesai saya berusaha menyenangkan perasaan saya				
16.	Sebelum pembagian raport saya terus- menerus gelisah				
17.	Saya tetap berusaha untuk tidak bersedih walaupun saya belum bisa memenuhi keinginan orang tua				
18.	Saya merasa khawatir dengan nilai jika saya terlalu banyak mengikuti kegiatan disekolah				
19.	Saya bingung jika tugas yang diberikan guru tidak saya pahami				
20.	Saya merasa bersalah jika saya tidak menjawab pertanyaan guru dengan sempurna				

Lampiran 6

Sebaran Data *Pre Test* Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi

No	NO ITEM																				Jumlah	ΣXA2					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20							
1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	4	1	2	3	4	3	4	1	2	3	4						52	2704
8	4	2	2	4	4	4	2	1	4	2	1	1	2	3	1	3	3	3	4	4						54	2916
11	4	2	4	3	4	2	4	4	2	2	1	4	3	2	1	1	2	2	2	3						52	2704
13	3	4	2	3	4	3	1	3	4	2	1	2	4	2	4	2	3	3	4	2						56	3136
14	4	1	2	2	4	1	4	1	3	4	3	4	2	4	1	3	2	4	3	4						56	3136
16	4	1	2	4	3	4	2	3	4	1	2	1	3	2	3	1	3	4	3	3						53	2809
25	3	1	1	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	1						55	3025
28	4	2	3	3	3	1	1	4	3	2	3	4	4	2	4	1	3	1	3	2						53	2809
Jumlah	30	14	20	23	30	20	18	19	27	20	15	21	23	22	20	17	21	22	26	23						431	185761

LAMPIRAN 7

Sebaran Data *Post Test* Stress Anak Berprestasi Belajar Tinggi

NO	No Item																				Jumlah	ΣXA2															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20																	
1	4	1	4	1	4	1	1	1	3	1	1	1	3	1	2	3	1	2	3	4															42	1764	
8	4	2	2	4	1	4	2	1	3	2	1	1	1	1	1	3	1	3	2	3															42	1764	
11	4	2	2	3	4	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3																44	1936
13	3	1	2	2	4	1	1	1	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2																39	1521
14	4	1	2	2	2	1	1	1	3	1	1	4	2	2	1	3	2	2	3	2																40	1600
16	4	1	2	2	3	3	2	3	3	1	2	1	3	2	1	1	2	1	2	2																41	1681
25	4	1	1	3	1	1	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	1																37	1369
28	4	2	2	2	3	1	1	1	3	2	1	4	2	2	2	1	3	1	2	2																41	1681
Jumlah	31	11	17	19	22	14	11	13	24	12	9	16	17	14	12	16	15	15	19	19																326	13316

Lampiran 8

Tabel 3

Tabulasi Data Penelitian

No	Pre-Test (XA)	Pre Test (XA ²)	Post-Test (XB)	Post-Test (XB ²)
1	52	2704	42	1764
2	54	2916	42	1764
3	52	2704	44	1936
4	56	3136	39	1521
5	56	3136	40	1600
6	53	2809	41	1681
7	55	3025	37	1369
8	53	2809	41	1681
Total	431	185761	326	13316

UNIVERSITAS
UNIMED
THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 9

Tabel
Perhitungan Kategori Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi Sebelum
Diberi LayananKonseling Kelompok Eklektik Siswa Kelas XI SMA Negeri 8
Medan T.A 2014/2015

Responden	Skor	Kategori Angket
1	52	Tinggi
2	48	Sedang
3	47	Sedang
4	44	Rendah
5	45	Rendah
6	48	Sedang
7	42	Rendah
8	54	Tinggi
9	44	Rendah
10	45	Rendah
11	52	Tinggi
12	51	Sedang
13	56	Tinggi
14	56	Tinggi
15	46	Sedang
16	53	Tinggi
17	49	Sedang
18	46	Rendah
19	47	Sedang
20	51	Sedang

21	50	Sedang
22	50	Sedang
23	45	Rendah
24	43	Rendah
25	55	Tinggi
26	50	Sedang
27	51	Sedang
28	53	Tinggi
29	40	Tinggi
30	50	Sedang
Jumlah	1463	

Setelah diketahui jumlah skor angket stress anak berprestasi belajar tinggi sebelum diberikan layanan konseling kelompok eklektik adalah :

$$Mean = \frac{Total\ Skor}{N} = \frac{1463}{30} = 49$$

Skor maksimal = 56 ; Skor minimal = 40

$$rentan\ g\ (R) = \text{skor maksimal} - \text{skor minimal} = 56 - 40 = 16$$

$$\text{Jumlah kelas } (\sum k) = 1 + 3,3 \log n = 1 + 3,3 \log 30 = 1 + 4,8741 = 5,48 = 6$$

$$\text{Lebar kelas} = \frac{R}{\sum k} = \frac{30}{6} = 5$$

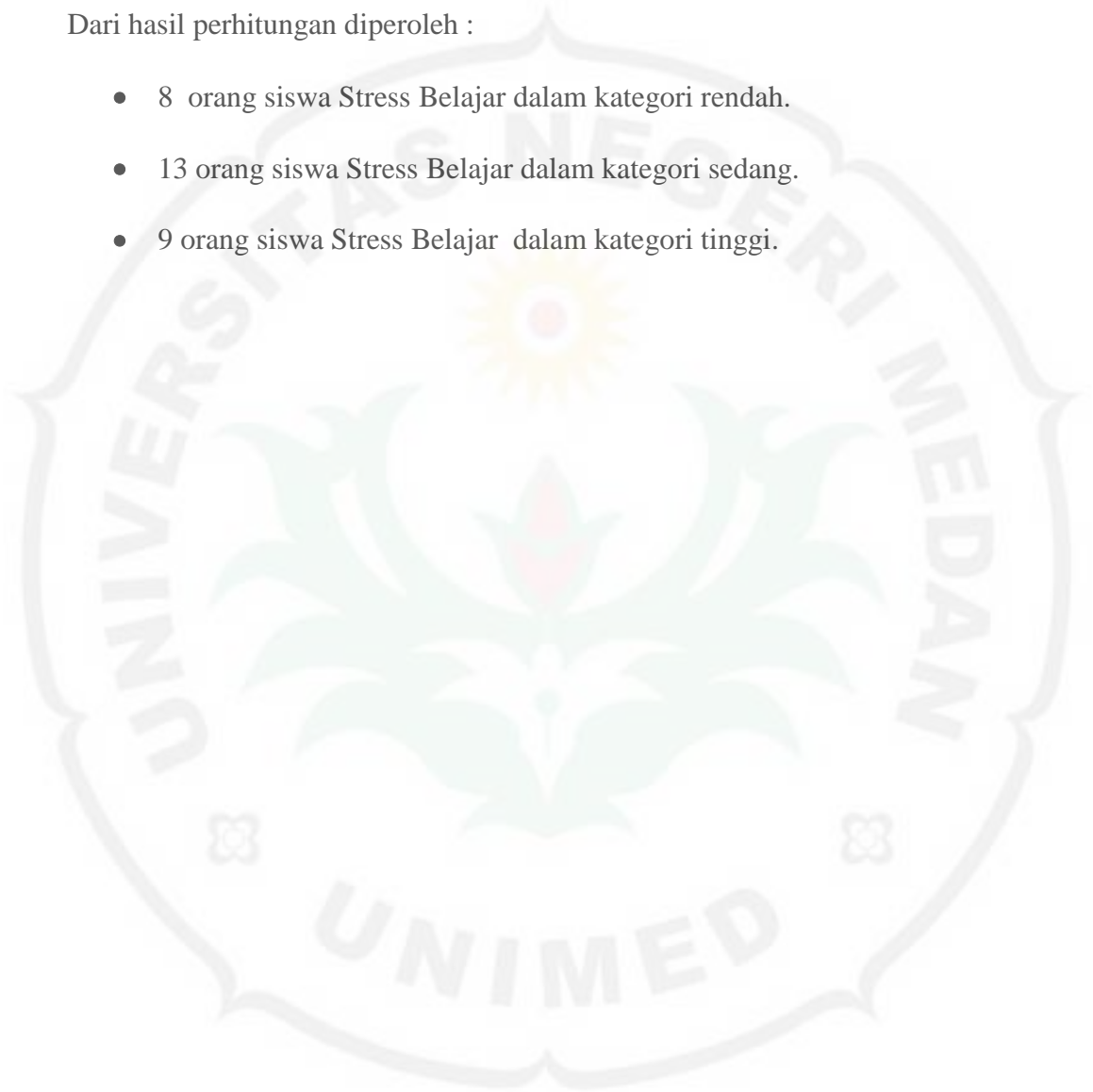
Maka kategori stress pada siswa berprestasi belajar tinggi sebelum diberikan layanan konseling kelompok eklektik adalah :

1. 37 – 41; 42 – 46; = termasuk kategori rendah
2. 47-51 = termasuk kategori sedang

3. 52 – 56; 57 – 61; = termasuk kategori tinggi

Dari hasil perhitungan diperoleh :

- 8 orang siswa Stress Belajar dalam kategori rendah.
- 13 orang siswa Stress Belajar dalam kategori sedang.
- 9 orang siswa Stress Belajar dalam kategori tinggi.



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 10

Perhitungan Harga Rata-Rata (M), Standar Deviasi (SD)

Data Pre-test Stress pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi

a. Harga Rata-Rata (M)

Harga rata-rata dihitung dengan rumus:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M = Harga rata-rata

$\sum X$ = Jumlah aljabar X

N = Jumlah sampel

Dari lampiran 6 diperoleh :

$$\sum X = 431$$

$$N = 8$$

$$\sum X^2 = 185761$$

$$\text{Maka } M = \frac{431}{8} = 53,8$$

b. Standard Deviasi (SD)

Untuk menghitung Standard Deviasi dari variabel penelitian digunakan

rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{(N\sum X_i^2) - (\sum X^1)^2}{N(N-1)}}$$

Keterangan:

$\sum X$ = Jumlah aljabar dari data X

X^2 = Jumlah aljabar kuadrat X

N = Jumlah sampel

Diketahui:

$$\sum X = 431$$

$$\sum X^2 = 185761$$

$$N = 8$$

$$SD = \sqrt{\frac{(N \sum X_i^2) - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{8 \cdot 185761 - (431)^2}{8(8-1)}}$$

$$SD = \sqrt{72.8}$$

$$SD = 85.3$$

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED
THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 11

Perhitungan Harga Rata-Rata (M), Standard Deviasi (SD)

Data Post-test Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi

a. Harga Rata-Rata (M)

Harga rata-rata dihitung dengan rumus:

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M = Harga rata-rata

$\sum X$ = Jumlah aljabar X

N = Jumlah sampel

Dari lampiran 7 diperoleh :

$$\sum X = 326$$

$$N = 8$$

$$\sum X^2 = 13316$$

$$\text{Maka } M = \frac{326}{8}$$

$$M = 40,75$$

b. Standard Deviasi (SD)

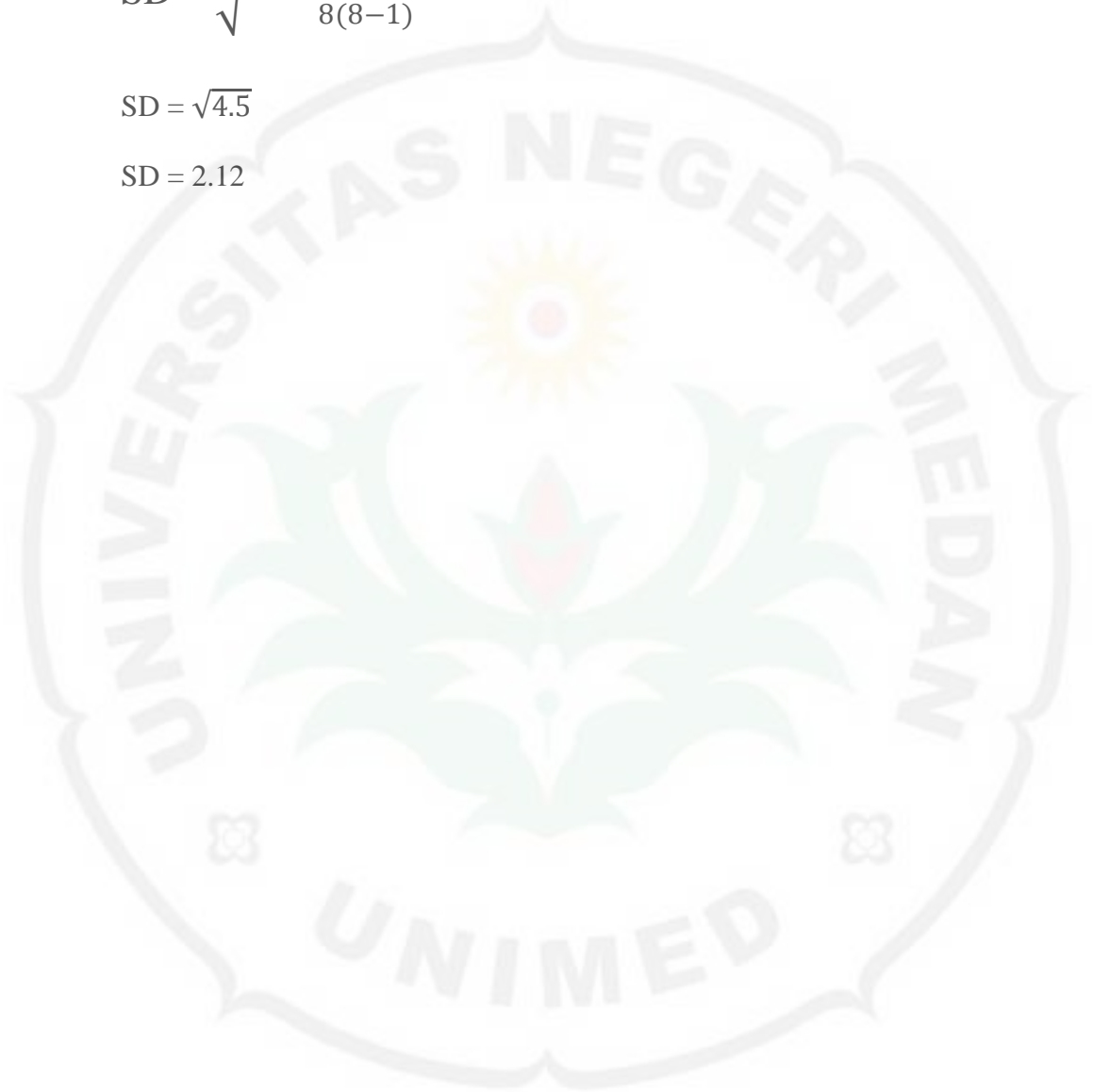
Untuk menghitung Standard Deviasi dari variabel penelitian digunakan rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{(N \sum X_1^2) - (\sum X_1)^2}{N(N-1)}}$$

$$SD = \sqrt{\frac{(8.13316) - (326)^2}{8(8-1)}}$$

$$SD = \sqrt{4.5}$$

$$SD = 2.12$$



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 12

Uji Hipotesis

Menguji perbedaan nilai dengan menggunakan ujiwilcoxon's signed rank test

1. Menguji nilai siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Dari data yang didapat digunakan 8 sampel untuk proses pengujian yaitu nilai X menunjukkan sebelum perlakuan dan nilai Y sesudah dilakukan perlakuan.

Tabel 5
Uji jenjang bertanda wilcoxon

No	X	Y	BEDA	Jenjang	Tanda jenjang +	Tanda jenjang -
1	52	42	10	2,5	2,5	-
2	54	42	10	2,5	2,5	-
3	52	44	8	1	1	-
4	56	39	17	7	7	-
5	56	40	16	6	6	-
6	53	41	12	4,5	4,5	-
7	55	37	18	8	8	-
8	53	41	12	4,5	4,5	-
Jumlah				36	36	0

Dari tabel diatas nilai dari kolom beda adalah nilai $Y-X$ di masing masing baris. Sedangkan pada jenjang adalah proses pemberian rangking pada kolom BEDA. Sebelumnya nilai dari Kolom beda diurutkan terlebih dahulu dari nilai

yang terkecil hingga yang terbesar. Kemudian beri rangking 1 pada nilai terkecil dan seterusnya rangking selanjutnya untuk nilai terbesar. Jika menemukan nilai yang sama besar maka beri rangking rata-rata dari nilai tersebut. Misalnya pada diatas terdapat nilai 12 yang muncul 2 kali. Maka untuk mendapatkan rangkingnya, nilai 12 terdapat diurutan ke 1 dan ke 2 (setelah diurutkan) ambil nilai rata-rata dari urutan tersebut yaitu

$(1+2)/2 = 3/2 = 1,5$.didapat rangking 1,5 maka setelah itu nilai selanjutnya yaitu nilai BEDA 8 mendapatkan rangking 2 . Sedangkan $(10+2)/2=12/2=6$,5 yaitu nilai BEDA 10 mendapatkan rangking 6 dan 7. Begitu seterusnya untuk menghitung nilai.

Selanjutnya bedakan nilai beda positif dan negatif dan jumlahkan pada masing masing nilai .karena pada penelitian ini nilai negatif tidak dijumpai maka semuanya bernilai positif dan nilai negatif adalah 0.

Dari tabel 5 diperoleh jumlah jenjang bertanda + = 36 dan jumlah jenjang bertanda - = 0. jadi, nilai $T = 0$ yaitu jumlah jenjang yang lebih kecil.

Dari tabel nilai kritis T untuk uji jenjang bertanda wilcoxon untuk $n = 8$, $\alpha = 0,05$ maka nilai $T_{0,05} = 4$ Oleh karena $T(0) < T_{0,05} (4)$ maka H_0 ditolak. Ini berarti bahwa stress pada anak berprestasi belajar tinggi antara sebelum dan sesudah pemberian layanan konseling kelompok eklektik tidaklah sama, dalam hal ini siswa yang telah mendapatkan pemberian layanan konseling kelompok eklektik.

Pengujian hipotesis di atas, dapat lebih diperkuat dengan perhitungan persamaan rumus, jumlah jenjang terkecil lah yang digunakan.Dalam hal percobaan ini nilai 0 yang digunakan ke persamaan.adapun persamaannya adalah

Untuk landasan pengujian dipergunakan nilai Z.

$$Z = \frac{T - E(T)}{\sigma_T}$$

Kriteria keputusan pengujiannya adalah :

H_0 ditolak apabila $Z \leq Z_{\alpha/2}$

H_0 diterima apabila $Z \geq Z_{\alpha/2}$

Dan nilai diatas dicari dengan

$$\begin{aligned} E(T) &= \frac{n(n+1)}{4} \\ &= 8(8+1)/4 \\ &= 72 / 4 \\ &= 18 \\ \sigma_T &= \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}} \\ &= \sqrt{\frac{8(8+1)(2(8)+1)}{24}} \\ &= \sqrt{\frac{8(9)16+1}{24}} \\ &= \sqrt{\frac{72 (17)}{24}} \\ &= \sqrt{51} \\ &= 7,141 \end{aligned}$$

Maka didapatlah nilai Z sebesar

$$Z = \frac{T - E(T)}{\sigma_T}$$

$$Z = \frac{0 - 18,25}{7,141}$$

$$= -2,252$$

Kriteria penerimaan menurut hipotesa statistiknya adalah :

H_0 diterima artinya tidak ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan; H_0 ditolak artinya ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan

H_0 ditolak apabila z hitung $<$ z tabel. Karena nilai z hitung adalah -2,275 dan itu lebih kecil dari nilai z tabel yaitu -1,96. Nilai -1,96 didapat dari nilai $Z_{\alpha/2}$ yaitu nilai dari tabel $Z_{0,05/2} = Z_{0,025} = -1,96$

Maka H_0 ditolak yang artinya **ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan** dan artinya perlakuan yang diberikan memang memberikan efek. sehingga, stress pada anak berpresatasi belajar tinggi sesudah mengikuti konseling kelompok eklektik lebih tinggi dari pada sebelum mengikuti konseling kelompok eklektik.

Lampiran 13

Perhitungan Mengurangi Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi

Berdasarkan pada test-awal (pre-test) diperoleh rata-rata stress pada siswa berprestasi belajar siswa = 41,75. dan test akhir (post-test) diperoleh rata-rata stress pada siswa berprestasi belajar siswa = 40,75 . Maka kemampuan mengurangi stress pada belajar siswa setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok eklektik lebih tinggi dari pada sebelum dilaksanakan layanan konseling kelompok (41,75 > 40,75).

Peningkatan internal keterampilan sosial siswa

$$= \frac{(Rata - rata Post - Test) - (Rata - rata Pre - Test)}{(Rata - rata Pre - Test)} \times 100\%$$

$$= \frac{41,75 - 40,75}{40,75} \times 100\%$$

$$= \frac{1}{40,75} \times 100\%$$

$$= 0,0245 \times 100\%$$

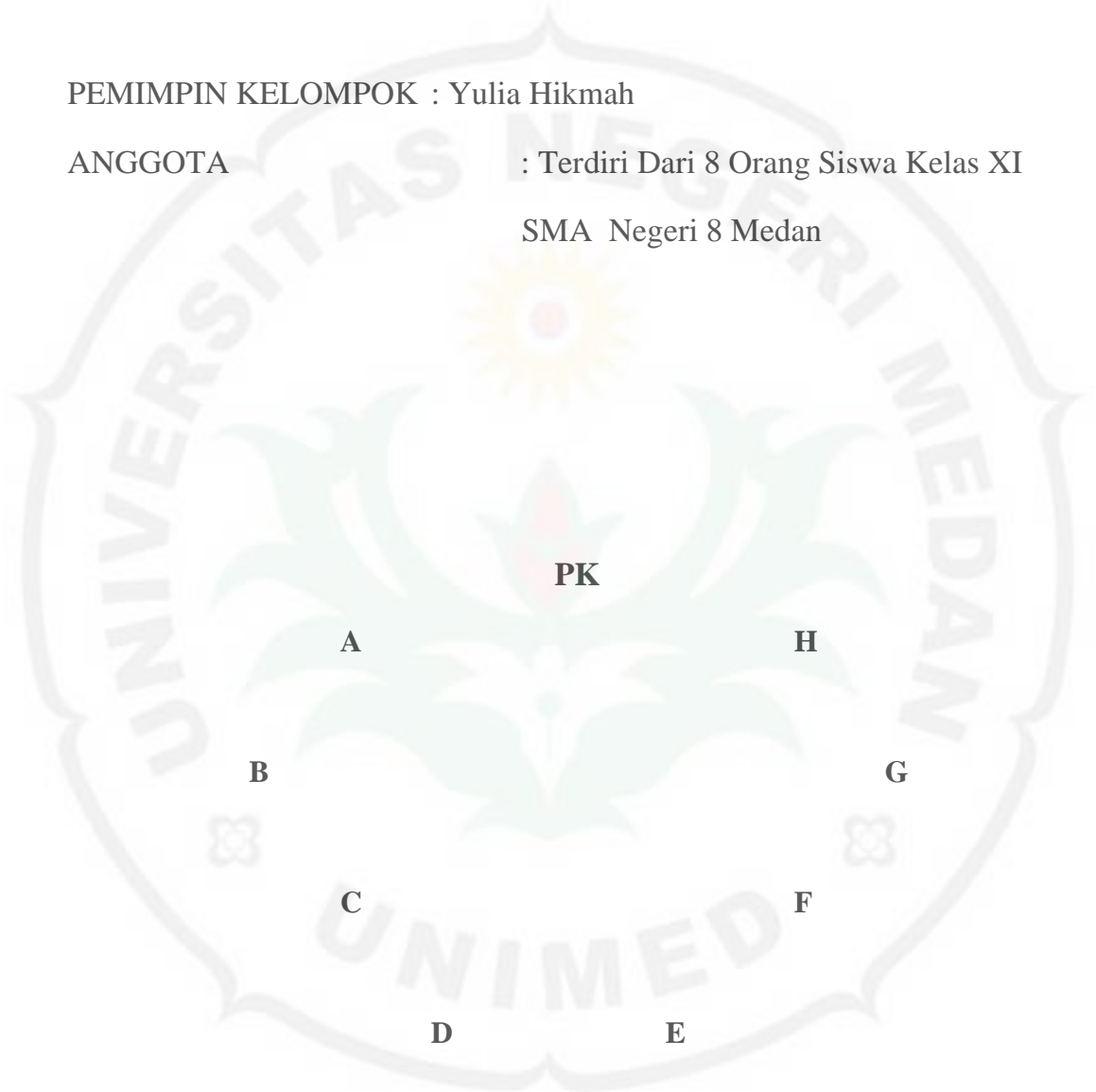
$$= - 2,45\%$$

Harga negatif menunjukkan adanya penurunan tingkat stress pada anak berprestasi belajar tinggi, setelah mendapatkan perlakuan konseling kelompok eklektik sebesar -2,45% dibandingkan dengan tingkat sebelum stress belajar sebelum mendapatkan perlakuan konseling eklektik.

PROSES LAYANAN KONSELING KELOMPOK

PEMIMPIN KELOMPOK : Yulia Hikmah

ANGGOTA : Terdiri Dari 8 Orang Siswa Kelas XI
SMA Negeri 8 Medan



THE
Character Building
UNIVERSITY

Lampiran 14

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

Sekolah	: SMA Negeri 8 Medan
Jenis layanan	: Konseling Kelompok
Bidang bimbingan	: Bimbingan Belajar
Tujuan bimbingan	: Setelah diberikan bimbingan kelompok diharapkan siswa dapat : <ol style="list-style-type: none">1) Mengetahui dan memahami pengertian serta faktor- faktor penyebab stress anak berprestasi belajar tinggi.2) Mengetahui dan memahami cara mengelola stress
Karakter	: Kegigihan
Penyelenggara	: Yulia Hikmah
Sasaran kegiatan	: Siswa Kelas XI (8 orang)
Pertemuan	: Pertama
Tempat pelaksanaan	: Ruang Kelas
Metode	: Konseling Kelompok Eklektik
Waktu pelaksanaan	: 1 x 45 menit Tahap- tahap proses kegiatan : <ol style="list-style-type: none">a) Tahap pembentukan :

Kegiatannya :

- a) Mengucapkan salam
- b) Menerima anggota kelompok dengan keramahan dan keterbukaan serta mengucapkan terima kasih
- c) Berdo'a
- d) Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
- e) Menjelaskan cara dan azas konseling kelompok
- f) Acara perkenalan dan games
- g) Melaksanakan permainan "Pemimpin Berkata".

Makna Permainan :

Anggota kelompok diminta untuk berkonsentrasi terhadap dua macam instruksi yang kelihatannya sama, namun berbeda.

Deskripsi Permainan :

Jumlah peserta : semua anggota kelompok

Alat/bahan : -

Cara bermain :

1. Pembimbing kelompok meminta peserta kelompok berkonsentrasi atas perintah yang diucapkannya.
2. Jika pembimbing mengucapkan kata "Pemimpin berkata" (diikuti perintah tertentu), maka semua peserta harus melakukannya. Namun jika pemimpin melakukan perintah tertentu tanpa disertai kata "Pemimpin berkata", maka peserta tidak perlu melakukan apa-apa.
3. Kata pemimpin bisa diganti dengan nama peserta atau tokoh yang dianggap menarik.
4. Untuk mengacaukan konsentrasi peserta di awal permainan, mintalah mereka untuk bangkit berdiri tanpa menggunakan kata "Pemimpin berkata". Peserta yang kehilangan konsentrasi pasti akan segera berdiri, padahal seharusnya ia tidak bergerak. baru

sesudah mereka sadar, gunakan "Pemimpin berkata" untuk perintah selanjutnya.

5. Demikian seterusnya sampai peserta bisa membedakan dua macam perintah

h) Tahap Peralihan

Kegiatannya:

a) Menjelaskan kembali dengan ringkasan cara pelaksanaan kegiatan selanjutnya

b) Menanyakan kesiapan anggota

c) Mengucapkan janji

i) Tahap Kegiatan

a) menyepakati masalah kegiatan

b) eksplorasi masalah

c) merumuskan masalah sesuai dengan kategori sumber masalah

d) identifikasi alternatif

e) penilaian atau umpan balik

J) Tahap Pengakhiran

a) penutup

b) memberikan tanggapan

c) menyepakati kegiatan berikutnya

d) berdo'a

e) menyanyikan lagu "sayo nara"

Mengetahui

Medan, Juli 2014

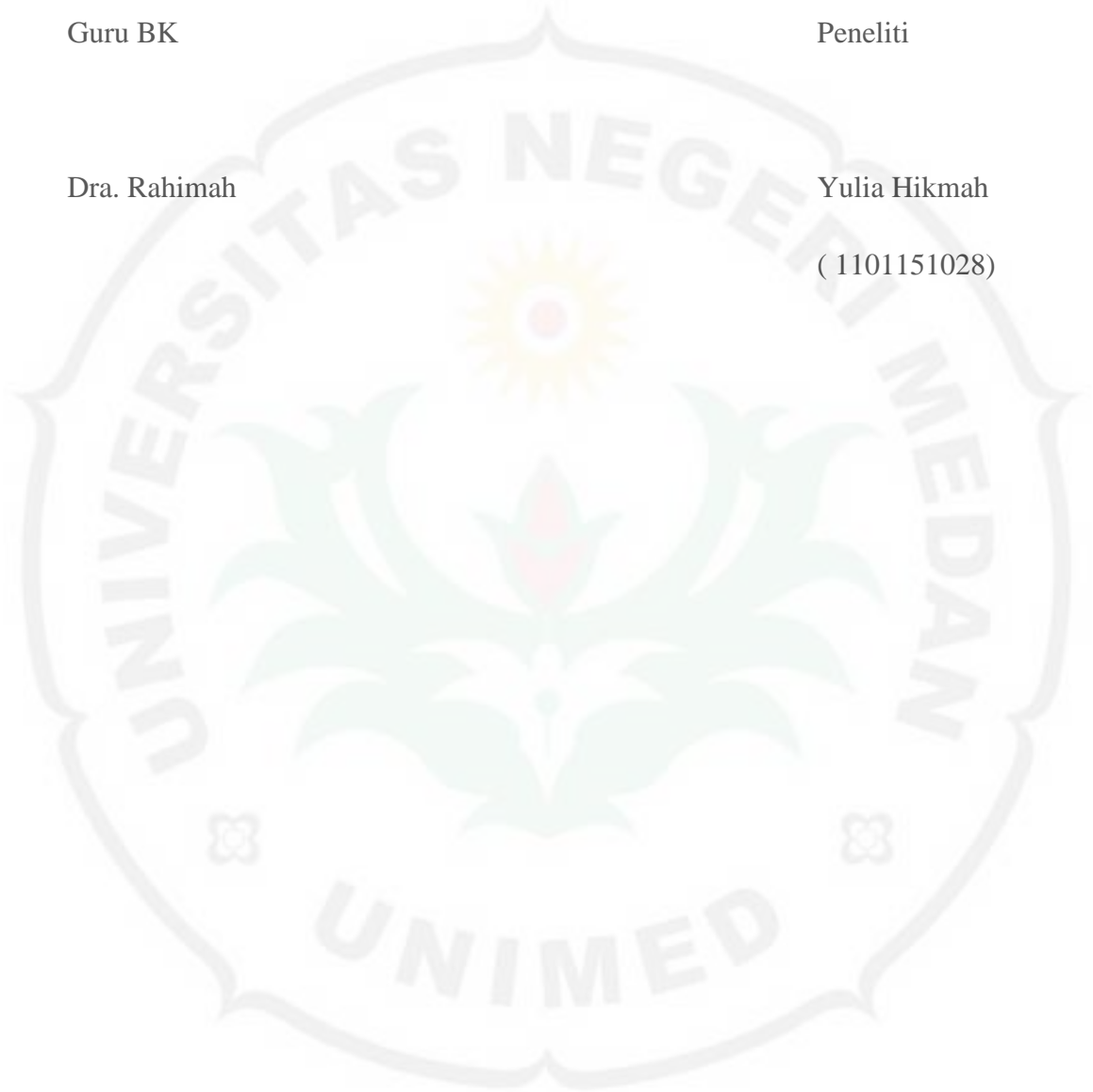
Guru BK

Peneliti

Dra. Rahimah

Yulia Hikmah

(1101151028)



THE
Character Building
UNIVERSITY

sesudah mereka sadar, gunakan "Pemimpin berkata" untuk perintah selanjutnya.

5. Demikian seterusnya sampai peserta bisa membedakan dua macam perintah

h) Tahap Peralihan

Kegiatannya:

a) Menjelaskan kembali dengan ringkasan cara pelaksanaan kegiatan selanjutnya

b) Menanyakan kesiapan anggota

c) Mengucapkan janji

i) Tahap Kegiatan

a) menyepakati masalah kegiatan

b) eksplorasi masalah

c) merumuskan masalah sesuai dengan kategori sumber masalah

d) identifikasi alternatif

e) penilaian atau umpan balik

J) Tahap Pengakhiran

a) penutup

b) memberikan tanggapan

c) menyepakati kegiatan berikutnya

d) berdo'a

e) menyanyikan lagu "sayo nara"

Mengetahui

Medan, Juli 2014

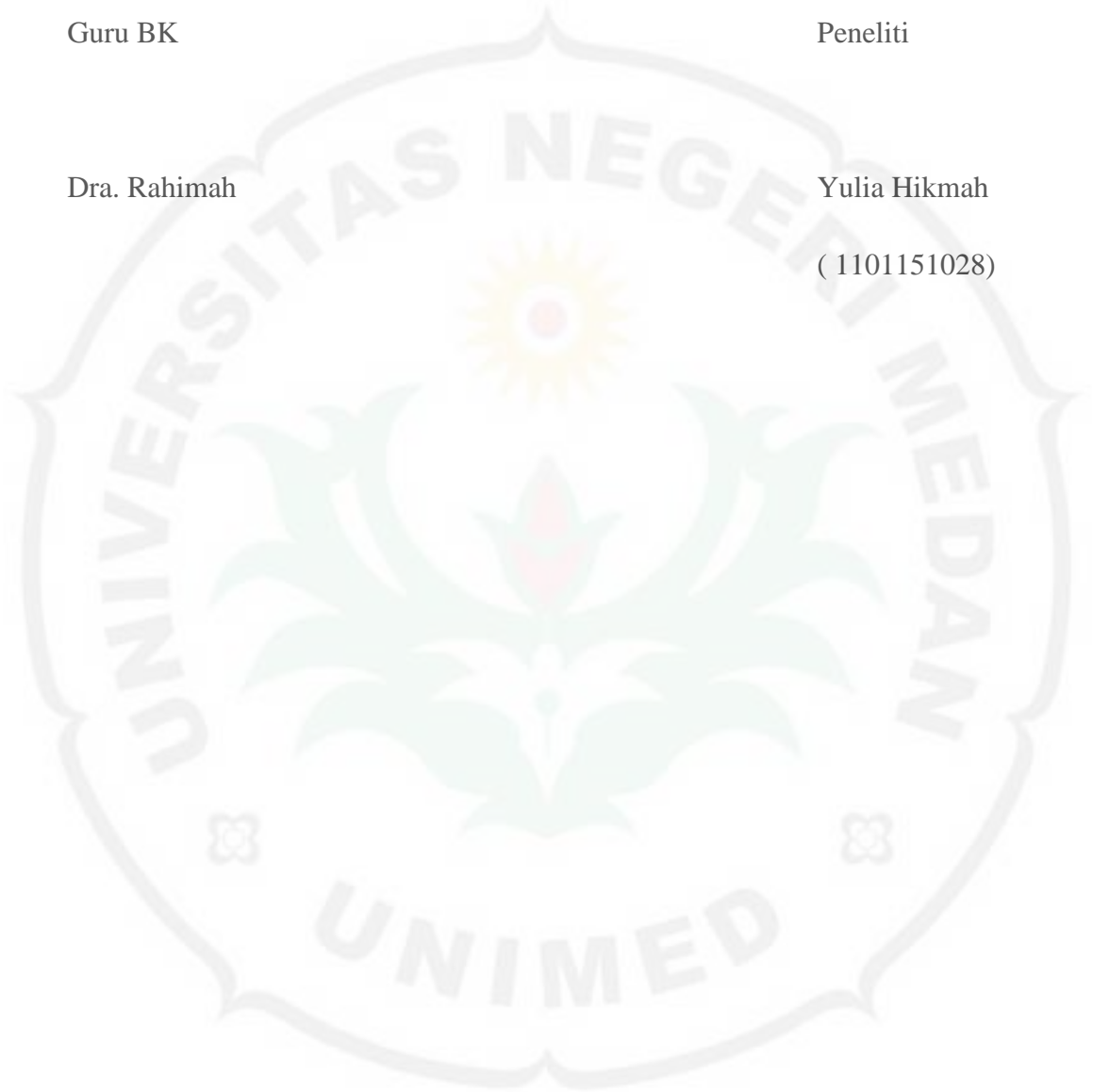
Guru BK

Peneliti

Dra. Rahimah

Yulia Hikmah

(1101151028)



THE
Character Building
UNIVERSITY

VERBATIM KONSELING KELOMPOK PERTEMUAN PERTAMA

a) Tahap Permulaan

Pada pertemuan pertama peneliti sebagai pemimpin kelompok membuka kegiatan layanan konseling kelompok dengan mengucapkan salam, selamat datang dan trimakasih kepada anggota kelompok karena sudah bersedia hadir mengikuti kegiatan konseling kelompok. Selanjutnya peneliti melanjutkan kegiatan berdo'a, menjelaskan konseling kelompok, tujuannya, azas- azas dalam konseling kelompok, Pada pertemuan ke dua dan ketiga peneliti tidak lagi memperkenalkan diri, Agar dapat mencairkan suasana peneliti mengajak para siswa untuk bermain games agar pada pertemuan kedua masing- masing anggota sudah lebih akrab dan kompak.



PK :” assalamualaikum warahmatullahi wabarakatu, selamat pagi adek- adek semuanya, trimakasih kakak ucapkan yang kepada adek- adek sekalian yang sudah bersedia hadir menyempatkan diri dan waktu nya dalam rangka mengikuti kegiatan konseling kelompok.

Siswa : ‘ waalaikumsalam warahmatullahi wr.wb, pagi kak,.

b) Tahap transisi

peneliti menayakan perasaan anggota kelompok setelah melakukan permainan, peneliti menjelaskan tahap konseling kelompok yang akan dijalani dan mengucapkan janji baik pemimpin kelompok maupun anggota

kelompok semua ikut berjanji, Tujuannya agar menjaga kerahasiaan masalah yang muncul dalam konseling kelompok.



PK : “ Kalau kalian sudah siap, mari kita mengucapkan janji, dimulai dari kakak dulu ya, saya Yulia Hikmah sebagai pemimpin kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

NH : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

KH : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

BP : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

UE : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan

keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

FF : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

PB : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

CM : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

MI : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

c) Tahap kegiatan

Pada pertemuan pertama masing- masing anggota kelompok masi malu- malu dalam mengemukakan pendapatnya kepada peneliti, namun pada pertemuan kedua dan ketiga semua anggota kelompok sudah saling bertukar pendapat.



PK : “ baiklah dik, dimulai dari adek kakak FF kira- kira apa permasalahan yang sedang kamu hadapi didalam kelas???????

FF : “ begini kak, didalam kelas saya sering sekali merasa terkalahkan, karena disamping banyak nya saingan untuk memperebutkan juara, saya terus di pacu untuk mendapatkan nilai yang bagus kak,.....(sedih.....)

Peneliti memperjelas atau mempertegah masalah yang diungkapkan konseli.....

PK : ‘ Maksudnya ketika kamu didalam kelas kamu merasa banyak saingan dan berfikir tidak akan bias lagi mendapat juara,???

FF : iyaa kak,,, saya takut gak bisa lagi mendapat juara....(kesal)

PK : jadi menurut FF selama dikelas, apa itu menjadi permasalahan yang berat?????

FF : Ya iya lah kak, malah saya terus memforsirkan diri selalu belajar agar saya bisa menjadi juara,, kadang sangking seriusnya belajar saya sering mengabaikan teman- teman, sering menolak ajakan teman,,,,,,,(serius)

PK : jadi karena takut tidak menjadi juara FF lebih memilih belajar terus.....

- FF : iya kak, dari pada saya gak dapat juara, maka dari itu kak,, saya stress kalo mikirin masalah sekolah kak, ,,,,,,(fikiran irrasional)
- PK : lalu apa yang kamu lakukan agar tetap menjaga hubungan dengan kawan mu.....
- FF : Ya saya merasa di olok- olok juga sama mereka kak, saya selalu dibilang sok rajin lah, dibilang cari perhatian lah,,, saya kan tersinggung dengan kata- kata seperti itu kak klo saya memforsirkan belajar terus sakit- sakit lah sana kak.,,,,,,
- PK : jadi masalah FF sekarang ini FF takut nilainya turun, dan lebih memilih memforsirkan diri belajar,
- FF : takut lah kak,, makanya trus aja belajar walaupun sakit...
- PK : jadi menurut adek kakak FF apa memforsirkan diri itu baik,,,,,klo yang didapat cuman sakitnya.....
- FF : gak si kak,, tapi mau gimana lagi....dari pada gak dapat juara...
- PK : baik kita harus selalu berfikir positif ya FF kita gak harus selamanya bisa menjadi yang terbaik namun kita harus tetap berusaha menjadi yang terbaik, memaksakan diri agar menjadi juara tidak baik, karena kalo gak tercapai dampak negatifnya banyak,,alangkah baiknya kita mencari solusi agar kita bisa berusaha dan dapat menerima hasilnya dengan baik...
- FF : iya kak bener juga ya kak,, klo saya sakit dan terlalu memaksakan kehendak kan gak bagus juga,,,,,

Setelah FF menceritakan masalahnya dan FF dapat merasionalkan pendapatnya maka selanjutnya untuk mempermudah peneliti, peneliti perlu mengidentifikasi untuk menggiring permasalahan yang dihadapi oleh semua anggota kelompok.

d) Tahap pengakhiran

Pada setiap tahap pengakhiran selama tiga kali pertemuan, peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir dan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti konseling kelompok, melalui fikiran, perasaan, sikap, perilaku, dan tanggung jawab , dan diakhiri dengan do'a serta bernyanyi dan bersalaman berikut ini tahap pengakhiran:

- PK : “ baiklah adik- adik, hari ini kita udah menyelesaikan satu masalah dari teman kita. Sepertinya hari ini kita hanya menyelesaikan beberapa masalah saja, sekarang kakak ingin bertanya kepada kalian semua, pengetahuan apa yang kalian

dapatkan dari kegiatan konseling kelompok hari ini, ?coba FF dulu yang baru kita bahas masalahnya,,???

FF : “ Pengetahuan yang didapat yaitu solusi dan jalan keluar, kesan nya senang banget, dan lega rasanya karena kalian semua bisa bantu aku dalam mencari solusi.pesanya sering- sering aja buat kegiatan seperti ini ya kak,,,,,(tertawa gembira)

CM : “pengetahuan saya bisa bertambah,,,, saya jadi bisa menyelesaikan masalah,, yang saya hadapi, kesanya nya saya senang bisa mengikuti kegiatan ini,, saya mengucapkan trimakasih kepada kak yulia, karena sudah memimpin kegiatan ini dan sudah member masukan- masukan kepada kami,,,,,

MI : ‘ Saya sama kak dengan teman yang lain kegiatan ini sangat berkesan,, saya senang sekali, mengikuti nya,,,,

UE :” kalo saya kak, sama kaya kawan yang lain senang mengikuti kegiatan ini.....

BP : “ bagi saya kak,, sering- sering aja buat kegiatan ini kak,, kan disini kami sangat membutuhkan layanan seperti ini,, kesanya saya senang kak,,,,,senang banget malahan,,,,,

KH : “ sama kak jadi tambah ilmu dan wawasan, kesanya kurang menyenangkan karena masalah saya belum dibahas, jangan lupa dilanen kesempatan kalo kita masi berjumpa bahas masalah saya ya kak,,,,, (malu sambil tertawa.....)

NH : “ saya juga merasa terbantu dengan adanya layanan ini kak,, jadi semua masalah bisa terselesaikan,, kesan nya saya senang kak,, pesanya,, kak yulia baik,, dan ramah,, trimakasih kak yulia,,,,,

PK : “ baik sebelumnya kita beranjak dari tempat ini, ada baiknya kita berdo’a terlebih dahulu. Karena kita telah berhasil menyelesaikan satu masalah dan mencari solusi dari masalah yang telah adek- adek ceritakan, agar kegiatan ini bermamfaat bagi kita semua,,Do’a dimulai : “ ya allah ya tuhan kami, terimakasih atas segala petunjuknyaMU karena pada hari ini kami telah dapat membahas dan mencari jalan keluar dari permasalahan kami semua,,,, berilah kesempatan kepada kami agar dapat bertemu lagi agar dapat membahas masalah lainnya pada kesempatan yang akan datang. Selamatkan kami sampai kerumah masing- masing aminnnn ya allah,.....



Kemudian peneliti dan semua anggota bernyanyi gelang sepatu gelang,,,,,,
(sambil bersalaman,,,,,,)

UNIVERSITAS
SRI
DAN
UNIMED
THE
Character Building
UNIVERSITY

RENCANA PELAKSANAAN
LAYANAN KONSELING KELOMPOK

Jenis layanan	: Konseling Kelompok
Bidang bimbingan	: Bimbingan Belajar
Tujuan bimbingan	: Setelah di berikan konseling kelompok diharapkan siswa dapat :
	1) Mengetahui dan memahami pengertian kecemasan dalam belajar
	2) Memecahkan masalah yang muncul dan memahami cara mengatasi ketakutan atau kecemasan dalam belajar
Karakter	: Rasa Percaya Diri Dan Keyakinan
Penyelenggara	: Yulia Hikmah
Sasaran kegiatan	: Siswa Kelas XI (8 orang)
Pertemuan	: Kedua
Tempat pelaksanaan	: Ruang Kelas
Media	: -
Waktu pelaksanaan	: 1 x 45 menit
Tahap- tahap proses kegiatan :	

a) Tahap pembentukan :

Kegiatannya :

- 1) Menerima anggota kelompok dengan keramahan dan keterbukaan serta mengucapkan terima kasih
- 2) Berdo'a
- 3) Menjelaskan cara dan azas konseling kelompok
- 4) Bermain games

1. Melaksanakan permainan "Tidak Takut, malu, dan Malas".

Makna permainan :

Kita melatih diri untuk tidak takut, tidak malu dan tidak malas tampil di depan banyak orang. Kemampuan demikian sangat menentukan bagaimana kita bisa mengikuti proses pertemuan.

Deskripsi permainan :

Jumlah Peserta : semua anggota kelompok

Alat/bahan : -

Cara bermain :

- Pemimpin permainan meminta peserta berdiri melingkar.
- Pemimpin berdiri di tengah peserta dan mengucapkan **Aku tidak takut** (membuat satu gerakan bebas), **Tidak malu** (satu gerakan bebas), dan **Tidak malas** (satu gerakan).
- Peserta menirukan ucapan dan gerakan pemimpin dengan keras.
- Pemimpin menyebut nama anggota yang lain untuk melakukan hal yang sama di tengah.
- Demikian seterusnya hingga semua peserta mendapat giliran.

a) Tahap peralihan

Kegiatannya:

- a) Menjelaskan kembali dengan ringkasan cara pelaksanaan kegiatan selanjutnya
- b) Menanyakan kesiapan anggota
- c) Mengucapkan janji

i) Tahap Kegiatan

- a) Menyepakati Masalah Kegiatan
- b) Eksplorasi Masalah
- c) Merumuskan Masalah Sesuai Dengan Kategori Sumber Masalah

d) Identifikasi Alternatif

e) Penilaian Atau Umpan Balik

d) Tahap Pengakhiran

a) Penutup

b) Memberikan Tanggapan

c) Memberikan Tanggapan

d) Menyepakati Kegiatan Berikutnya

c) Berdo'a

d) Bersama – Sama Melakukan Senam Otak

Mengetahui

Guru BK

Dra. Rahima

Medan, Agustus 2014

peneliti

Yulia Hikmah

(1101151028)

VERBATIM KONSELING KELOMPOK PERTEMUAN KEDUA

a) Tahap Permulaan

Pada pertemuan pertama peneliti sebagai pemimpin kelompok membuka kegiatan layanan konseling kelompok dengan mengucapkan salam, selamat datang dan trimakasih kepada anggota kelompok karena sudah bersedia hadir mengikuti kegiatan konseling kelompok. Selanjutnya peneliti melanjutkan kegiatan berdo'a, menjelaskan konseling kelompok, tujuannya, azas- azas dalam konseling kelompok, Agar dapat mencairkan suasana peneliti mengajak para siswa untuk bermain games agar pada pertemuan kedua masing- masing anggota sudah lebih akrab dan kompak.

PK :” assalamualaikum warahmatullahi wabarakatu, selamat pagi adek- adek semuanya, trimakasih kakak ucapkan yang kepada adek- adek sekalian yang sudah bersedia hadir menyempatkan diri dan waktu nya dalam rangka mengikuti kegiatan konseling kelompok pada pertemuan kedua.

Siswa : ‘ waalaikumsalam warahmatullahi wr.wb, pagi kak,.

b) Tahap transisi

peneliti menayakan perasaan anggota kelompok setelah melakukan permainan, peneliti menjelaskan tahap konseling kelompok yang akan dijalani dan mengucapkan janji baik pemimpin kelompok maupun anggota kelompok semua ikut berjanji, Tujuan nya agar menjaga kerahasiaan masalah yang muncul dalam konseling kelompok.

PK : “ Kalau kalian sudah siap, mari kita mengucapkan janji, dimulai dari kakak dulu ya, saya Yulia Hikmah sebagai pemimpin kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima,menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

NH : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima,menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

KH : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima,menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

BP : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima,menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan

keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

UE : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

FF : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

PB : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

CM : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

MI : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

PK : baik kemarin dalam pertemuan pertama kita sudah membahas masalah FF, benar kan FF ,, jadi sesuai dengan kesepakatan kita, kira- kira untuk pertemuan kedua ini siapa yang mau bercerita tentang masalahnya..??

FB : saya kak,,,,,.....(malu- malu menunjukkan tangan)

c) Tahap kegiatan

Pada pertemuan pertama masing- masing anggota kelompok masi malu- malu dalam mengemukakan pendapatnya kepada peneliti, namun pada pertemuan kedua dan ketiga semua anggota kelompok sudah saling bertukar pendapat.



PK : baik selanjutnya adek kk FB, apa kira- kira masalah yang sedang kamu hadapi?

FB : kalau saya kak, jujur cuman takut sama orang tua.....(Diam, sedih,,,,)

PK : “ Emmm nampaknya adk kakak FB sangat sedih, kira- kira bisa FB lanjutkan lagi cerita nya dek.....

FB : saya sedih kak, dirumah orang tua saya selalu mengekang saya, sehingga saya gak bisa cari ketenangan diluar, kaya refres gitu kak, saya hanya disuru untuk belajar, ketika saya gak dapat nilai bagus, hukumannya selalu gak dapat jajan selama satu minggu,,, saya kan jenuh kak kalo selalu begitu, saya kan selalu berusaha menjadi orang yang pintar,,,,,,,,,,,,,(Menangis,,,,,,,,,,,,)

PK : baik adek kakak FB, kakak mengerti perasaan mu (empati) kira – kira apa kata orang tua FB dirumah..???

FB : Mama bilang gini kak,,, ingat ya FB klo nilai kamu turun mama gak segan- segan ngasi hukuman sama kamu, mama tu mendidik kamu bukan untuk mama, tapi untuk kebaikan kamu,,,,, (Menangis...)

PK : baik adek kakak FB,, bisa dilanjutkan lagi ceritanya dek,,

FB : mama selalu egois dan gak pernah mikiri aku kak, aku kan juga berusaha ... bukan maen- maen aja kerja ku kak,, kadang aku sempat berfikir kenapa mama bisa kejam kali mendidik ku,,,,,,

PK : baik, jadi FB merasa bahwa tindakan mama dirumah terlalu memaksakan FB ya dek,,,,,

FB : siapa yang gak tersiksa kak, setiap hari saya harus merasa takut untuk bergaul karena yang ada dalam pikiran saya selalu diancam dengan ketakutan,, saya takut gak dapat nilai bagus kak...saya merasa kalo gak dapat nilai sesuai target untuk apa saya sekolah lagi,,,,,(sedih,,,,,,)

PK : jadi FB tertekan ya dengan masalah nilainya,,,,baik kira – kira adek kakak KH, bisa menanggapi masalah FB dek,,,,,

KH : menurut saya kak,, coba aja jelaskan dulu kepada orang tua, kan gak selamanya kita bisa mendapat nilai bagus meski kita sudah berusaha belajar.

PK : baik,,,, kira- kira dari adek kakak UE ada masukan untuk FB?

FB : kalo dari saya buk,, coba aja FB bilang keluhanya di rumah sama orang tuanya, kan sekarang kita sama- sama udah masuk kelas unggul jadi otomatis kan banyak saingan nya kak.....

PK : baik dari adek kakak BP,, ada gak kira- kira solusi dari BP.....

BP : ya sama kak,, mungkin coba dulu kasi pengertian ke mama, mungkin dengan begitu kan mama FB bisa mengerti kak,

PK : baik semua saran- saran dari adek kakak bagus ya,, alangkah baiknya FB menjelaskan dulu sama mama keluhan yang FB hadapi, mungkin menceritakan masalah ini dengan suasana yang cair dulu ya dek, seperti saat sedang santai menonton TV , agar masalah FB dapat segera diselesaikan dengan baik, sehingga mama FB dapat mengert dengan keadaan yang FB hadapi sekarang....kira- kira FB bisa menerima saranya dek,,,,,

FB : iya kak,, memang selama ini saya juga gak pernah kasi tau mama kalo saingan dikelas yang sekarang ini banyak sekali yang ingin menjadi juara,, FB kan coba untuk bicara sama mama la nanti kak.....

PK : Baik adek kakak FB sudah bisa diterima saranya.....

FB : iya kak(lega.....)

d) Tahap pengakhiran

Pada setiap tahap pengakhiran selama tiga kali pertemuan, peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir dan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti konseling kelompok, melalui pikiran, perasaan, sikap, perilaku, dan tanggung jawab, dan diakhiri dengan do'a serta bernyanyi dan bersalaman berikut ini tahap pengakhiran:

PK : “ baiklah adik- adik, hari ini kita udah menyelesaikan beberapa masalah dari teman kita. Sepertinya hari ini kita hanya menyelesaikan beberapa masalah saja, sekarang kakak ingin bertanya kepada kalian semua, pengetahuan apa yang kalian dapatkan dari kegiatan konseling kelompok hari ini, ?coba FF dulu yang baru kita bahas masalahnya,,???

FF : “ Pengetahuan yang didapat yaitu solusi dan jalan keluar, kesan nya senang banget, dan lega rasanya karena kalian semua bisa bantu aku dalam mencari solusi.pesanya sering- sering aja buat kegiatan seperti ini ya kak,,,,,(tertawa gembira)

CM : “pengetahuan saya bisa bertambah,,,, saya jadi bisa menyelesaikan masalah,, yang saya hadapi, kesanya nya saya senang bisa mengikuti kegiatan ini,, saya mengucapkan trimakasih kepada kak yulia, karena sudah memimpin kegiatan ini dan sudah member masukan- masukan kepada kami,,,,,

MI : ‘ Saya sama kak dengan teman yang lain kegiatan ini sangat berkesan,, saya senang sekali, mengikuti nyaa,,,,

UE :” kalo saya kak, sama kaya kawan yang lain senang mengikuti kegiatan ini.....

BP : “ bagi saya kak,, sering- sering aja buat kegiatan ini kak,, kan disini kami sangat membutuhkan layanan seperti ini,, kesanya saya senang kak,,,,,senang banget malahan,,,,,

KH : “ sama kak jadi tambah ilmu dan wawasan, kesanya kurang menyenangkan karena masalah saya belum dibahas, jangan lupa dilanen kesempatan kalo kita masi berjumpa bahas masalah saya ya kak,,,,, (malu sambil tertawa.....)

NH : “ saya juga merasa terbantu dengan adanya layanan ini kak,, jadi semua masalah bisa terselesaikan,, kesan nya saya senang kak,, pesanya,, kak yulia baik,, dan ramah,, trimakasih kak yulia,,,,,

PK : “ baik sebelumnya kita beranjak dari tempat ini, ada baiknya kita berdo’a terlebih dahulu. Karena kita telah berhasil menyelesaikan satu masalah dan mencari solusi dari masalah yang telah adek- adek ceritakan, agar kegiatan ini bermamfaat bagi kita semua,,,Do’a dimulai : “ ya allah ya tuhan kami, terimakasih atas segala petunjuknyaMU karena pada hari ini kami telah dapat membahas dan mencari jalan keluar dari permasalahan kami semua,,, berilah kesempatan kepada kami agar dapat bertemu lagi agar dapat membahas masalah lainnya pada kesempatan yang akan datang. Selamatkan kami sampai kerumah masing- masing aminnnn ya allah,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,semoga kami selalu ada dalam lindungan mu, mudahkan lah jalan kami ya allah berilah kemudahan kepada kami agar kami dapat menjadi anak yang baik dan menjadi kebanggaan orang tua,, amin,,,,, amin ya rabbal alamin,,,,,,,,,,,,,

Kemudian PK, dan semua anggota lain menyanyikan lagu sayonara, ambil bersalam- salaman.



RENCANA PELAKSANAAN
LAYANAN KONSELING KELOMPOK

Jenis layanan	: Konseling Kelompok
Bidang bimbingan	: bimbingan belajar
Tujuan bimbingan	: Setelah diberikan konseling kelompok diharapkan siswa dapat :
	1) Memahami pengertian ketegangan belajar
	2) Memecahkan masalah yang muncul dan memahami cara menghindari ketegangan dalam belajar
Karakter	: Keluesan Dalam Berfikir Positif
Penyelenggara	: Yulia Hikmah
Sasaran kegiatan	: Siswa Kelas XI (8 orang)
Pertemuan	: Ketiga
Tempat pelaksanaan	: Ruang Kelas
Metode	: Konseling Kelompok Eklektik
Waktu pelaksanaan	: 1 x 45 menit
Tahap- tahap proses kegiatan :	

a. Tahap pembentukan

Kegiatannya :

- 1) Menerima anggota kelompok dengan keramahan dan keterbukaan serta mengucapkan terima kasih
- 2) Berdo'a
- 3) Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
- 4) Menjelaskan cara dan azas konseling kelompok
- 5) Games

Melaksanakan permainan "Badai Pasti Berlalu"

Makna Permainan :

Selain belajar berkerja sama, melalui sebuah kelompok yang anggotanya dapat bekerja sama umumnya lebih kuat atau tangguh dalam menghadapi goncangan.

Deskripsi Permainan :

Jumlah peserta : Semua anggota kelompok

Alat atau bahan:-

Cara bermain :

1. Pembimbing kelompok meminta semua peserta berdiri melingkar.
2. Jika pemimpin mengatakan “badai datang perlahan”, maka semua peserta bergoyang kekanan dan kekiri. Jika pemimpin mengatakan ”badai berkecamuk”, maka peserta harus bergoyang yang keras, ke kiri ke kanan, serta ke depan, ke belakang. Jika pembimbing mengatakan “badai pasti berlalu”, maka peserta kembali ke posisi semula.
3. Pembimbing meminta peserta mengangkat kaki ke depan dan tidak boleh bersentuhan.
4. Kemudian, pembimbing mengatakan ”badai datang perlahan”, ”badai pasti berlalu, dan lainnya seperti yang diinginkan dengan cepat. Pembimbing mengakhirinya dengan ”badi pasti berlalu”.

b. Tahap peralihan

Kegiatannya:

- a) Menjelaskan kembali dengan ringkasan cara pelaksanaan kegiatan selanjutnya
- b) Menanyakan kesiapan anggota
- c) Mengucapkan janji

c. Tahap Kegiatan

- a) menyepakati masalah kegiatan
- b) eksplorasi masalah
- c) merumuskan masalah sesuai dengan kategori sumber masalah
- d) identifikasi alternatif
- e) penilaian atau umpan balik

d. Tahap Pengakhiran

- a) penutup
- b) memberikan tanggapan
- c) menyepakati kegiatan berikutnya
- d) berdo'a
- e) menyanyikan lagu “ disini senang, disana senang”



Mengetahui

Guru BK

Dra. Rahimah

Medan, Agustus 2014

peneliti

Yulia Hikmah

(1101151028)



VERBATIM KONSELING KELOMPOK PERTEMUAN KE TIGA

a) Tahap Permulaan

Pada pertemuan pertama peneliti sebagai pemimpin kelompok membuka kegiatan layanan konseling kelompok dengan mengucapkan salam, selamat datang dan trimakasih kepada anggota kelompok karena sudah bersedia hadir mengikuti kegiatan konseling kelompok. Selanjutnya peneliti melanjutkan kegiatan berdo'a, menjelaskan konseling kelompok, tujuannya, azas- azas dalam konseling kelompok, Pada pertemuan ke dua dan ketiga peneliti tidak lagi memperkenalkan diri, Agar dapat mencairkan suasana peneliti mengajak para siswa untuk bermain games agar pada pertemuan ketiga masing- masing anggota sudah lebih akrab dan kompak.

PK :” assalamualaikum warahmatullahi wabarakatu, selamat siang adek-adek semuanya, trimakasih kakak ucapkan yang kepada adek- adek sekalian yang sudah bersedia hadir menyempatkan diri dan waktu nya dalam rangka mengikuti kegiatan konseling kelompok. Ini waktunya sudah siang, pasti pada lapar semua kan,,,,,???

Anggota : waalaikumsalam warahmatullahi wr.wb, pagi kak,.nggak laper kak,,,,,

(tertawa.....)

b) Tahap transisi

peneliti menayakan perasaan anggota kelompok setelah melakukan permainan, peneliti menjelaskan tahap konseling kelompok yang akan dijalani dan mengucapkan janji baik pemimpin kelompok maupun anggota kelompok semua ikut berjanji, Tujuan nya agar menjaga kerahasiaan masalah yang muncul dalam konseling kelompok.

PK : “ Kalau kalian sudah siap, mari kita mengucapkan janji, dimulai dari kakak dulu ya, saya Yulia Hikmah sebagai pemimpin kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima,menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

NH : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima,menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

KH : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima,menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan

keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

BP : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

UE : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

FF : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

PB : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

CM : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

MI : sebagai anggota kelompok berjanji bahwa saya sanggup dan bersedia menerima, menjaga dan menyimpan, kerahasiaan segala data dan keterangan yang saya terima baik dari konseli saya, karena data dan keterangan ini tidak layak untuk diketahui oleh orang lain.

a) Tahap kegiatan

Pada pertemuan pertama masing- masing anggota kelompok masi malu-malu dalam mengemukakan pendapatnya kepada peneliti, namun pada pertemuan kedua dan ketiga semua anggota kelompok sudah saling bertukar pendapat.

PK : kita lanjutkan lagi yaa.....untuk adek kaka MI.....Kira-kira adek kakak yang satu ini memiliki masalah apa dek,,,,,,,,,,,,,???

MI : Saya cuman terbentur dimasalah kegiatan sekolah kak,,,,,,,,,

PK : Kegiatan yang seperti apa dek.....

- MI : Saya takut dengan banyaknya mengikuti kegiatan sekolah saya bisa terbengkalai dengan nilai kak,,, terlebih- lebih dengan kedudukan dikelas sekarang,, kan banyak saingan kak,,, sehingga akhir- akhir ini saya bawaannya cemas aja kak,,,,,
- PK : jadi dek MI belajar nya di waktu kapan saja,,,,,,,,,????
- MI : Sekarang ini gak nentu kak,, kadang dimalam hari aku porsir terus dengan belajar,,, keseringan gak belajar karena udah lelah pulang dari kegiatan ekstrakurikuler.....(tersipu malu).
- PK : Jadi adek kakak MI sekarang ini sangat sibuk mengikuti kegiatan disekolah ya,,,
- MI : Iyaaa kak,,,,,
- PK : kira- kira apa aja kegiatan yang kamu ikuti disekolah ini dek,,,,,,,,,
- MI : uuuuhhhhhh,,,,,,,,, padat banget kak,, hampir semua kak,, abisnya saya gemar dengan kegiatan- kegiatan disekolah,,, saya suka kak,,,,,
- PK : jadi masalahnya apa dek,,,,,
- MI : ya itu tadi kak,,, takut nilai turun, berantakan,,, karena terlalu lelah mengikuti kegiatan disekolah,,,
- PK : Baik adek- adek kakak,, kira- kira ada gak yang mau member masukan pada MI, okey,,, sekarang di mulai dari CM,ayok dek,,,,,,,,,,,,,
- MI : menurut saya kak,,, gimana kalo MI mengimbangi jadwalnya,, dia bisa mengikuti kegiatan disekolah,, asal tidak mengganggu belajarnya,,,,,
- PK : okey,,, ada lagi yang mau menambahkan..... baik adek kakak NH.....
- NH : iyhaaa kak,,, sepertinya MI harus pandai mengatur waktu,, agar kegiatan disekolah tidak mengganggu belajarnya..... dan begitu juga dengan nilainya kak,,, bisa dipertahankan,, biar gak turun,,,,,
- PK : baik,,, untuk FF ada yang mau ditambahkan????????
- FF : iya kak,,, masukan dari saya,,,,,, sepertinya MI harus berusaha untuk bisa mengatur waktu,, agar belajarnya tidak terbengkalai, kan bisa juga terlalu banyak mengikuti kegiatan nilai kita bisa turun,,, lagian kan kalo udah masuk kelas inti kita harus bersaing memperebutkan juara.....
- PK : Baik,,, bagus sekali masukan dari adek- adek, sebaiknya MI harus bisa membagi waktu agar tidak lelah dalam belajar,,, karena ketika kita memasuki kelas unggulan,, mungkin saingan kita semakin berat untuk

memperebutkan juara kelas,,,,, apa salahnya kita sebagai siswa yang baik,,, kita dapat memenuhi tanggung jawab kita sebagai seorang siswa.... kita tetap berusaha menjadi yang terbaik..... Bagaimana MI dengan solusinya bisa diterima...???

MI : iya kak,,,,, trimakasih saya ucapkan,, jadi saya ada sedikit pencerahan,, agar saya dapat membagi waktu saya dengan baik,,, dan saya dapat belajar dengan giat dan mendapatkan nilai yang bagus.....

a) Tahap pengakhiran

Pada setiap tahap pengakhiran selama tiga kali pertemuan, peneliti menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir dan memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti konseling kelompok, melalui pikiran, perasaan, sikap, perilaku, dan tanggung jawab , dan diakhiri dengan do'a serta bernyanyi dan bersalaman berikut ini tahap pengakhiran:

PK : “ baiklah adik- adik, hari ini kita udah menyelesaikan beberapa masalah dari teman kita. Sepertinya hari ini kita hanya menyelesaikan beberapa masalah saja, sekarang kakak ingin bertanya kepada kalian semua, pengetahuan apa yang kalian dapatkan dari kegiatan konseling kelompok hari ini, ?coba FF dulu yang baru kita bahas masalahnya,,,???

FF : “ Pengetahuan yang didapat yaitu solusi dan jalan keluar, kesan nya senang banget, dan lega rasanya karena kalian semua bisa bantu aku dalam mencari solusi.pesanya sering- sering aja buat kegiatan seperti ini ya kak,,,,,(tertawa gembira)

CM : “pengetahuan saya bisa bertambah,,,,, saya jadi bisa menyelesaikan masalah,, yang saya hadapi, kesanya nya saya senang bisa mengikuti kegiatan ini,, saya mengucapkan trimakasih kepada kak yulia, karena sudah memimpin kegiatan ini dan sudah member masukan- masukan kepada kami,,,,,

MI : ‘ Saya sama kak dengan teman yang lain kegiatan ini sangat berkesan,,, saya senang sekali, mengikuti nyaa,,,

UE :” kalo saya kak, sama kaya kawan yang lain senang mengikuti kegiatan ini.....

BP : “ bagi saya kak,,, sering- sering aja buat kegiatan ini kak,, kan disini kami sangat membutuhkan layanan seperti ini,, kesanya saya senang kak,,,,,senang banget malahan,,,,,

KH : “ sama kak jadi tambah ilmu dan wawasan, kesanya kurang menyenangkan karena masalah saya belum dibahas, jangan lupa dilain kesempatan kalo kita masi berjumpa bahas masalah saya ya kak,,,,, (malu sambil tertawa.....)

NH : “ saya juga merasa terbantu dengan adanya layanan ini kak,, jadi semua masalah bisa terselesaikan,, kesan nya saya senang kak,, pesanya,, kak yulia baik,, dan ramah,, trimakasih kak yulia,,,,, maunya kak yulia tetap hadir kesekolah ini, jadi kan kami bisa menceritakan lebih banyak lagi masalah kami,, jadi dengan begitu kan tersa lebih ringan kak,,

PK : “ baik sebelum kita beranjak dari tempat ini kakak sebagai pemimpin kelompok bmengucapkan terimakasih karena adik- adik semuanya telah membantu kakak, jadi ini adalah pertemuan kita yang terakhir semoga dilain waktu dan kesempatan kita akan berjumpa kembali sebelum kita beranjak dari tempat duduk ini ada baiknya kita berdo’a terlebih dahulu. Karena kita telah berhasil menyelesaikan satu masalah dan mencari solusi dari masalah yang telah adek- adek ceritakan, agar kegiatan ini bermamfaat bagi kita semua,,Do’a dimulai : “ ya allah ya tuhan kami, terimakasih atas segala petunjuknyaMU karena pada hari ini kami telah dapat membahas dan mencari jalan keluar dari permasalahan kami semua,,, berilah kesempatan kepada kami agar dapat bertemu lagi agar dapat membahas masalah lainnya pada kesempatan yang akan datang. Selamatkan kami sampai kerumah masing- masing aminnnn ya allah,.....semoga kami selalu ada dalam lindungan mu, mudahkan lah jalan kami ya allah berilah kemudahan kepada kami agar kami dapat menjadi anak yang baik dan menjadi kebanggaan orang tua,, amin,,,,, amin ya rabbal alamin.....

Kemudian PK, dan semua anggota lain menyanyikan lagu disini senang disana senang., ambil bersalam- salaman.


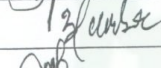


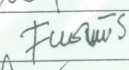

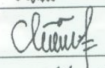



**Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Konseling Kelompok Dalam
Mengurangi Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi Siswa Kelas
XI Di SMA Negeri 8 Medan**

No	Hari/Tanggal	Kegiatan
1	Rabu, 25 Juni 2014	Melakukan uji coba instrumen penelitian (angket)
2	Senin , 30 Juni 2014	Menyebarkan angket yang sudah valid untuk mendapatkan data pre-test
3	Rabu , 2 Juli 2014	Memberikan layanan konseling kelompok eklektik pada pertemuan pertama
4	Rabu, 6 Agustus 2014	Memberikan layanan konseling kelompok eklektik pada pertemuan ke dua
5	Jum'at, 8 Agustus 2014	Memberikan layanan konseling kelompok eklektik pada pertemuan ke tiga
6	12 Agustus 2014	Menyebarkan angket yang sudah valid untuk mendapatkan data post-test

THE
Character Building
UNIVERSITY

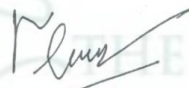
DAFTAR HADIR PESERTA KKP I
SISWA KELAS SMA NEGERI 8 MEDAN

NO.	Nama Peserta	P/L	Tanda Tangan
1.	Novida Hotmaria Siboro	P	
2.	Khairunisa	P	
3.	Beauty Pakpohan	P	
4.	Utia Eija Rizki	P	
5.	Felix Fernando Sidabalok	L	
6.	Fella Balqish	P	
7.	Chrystina Monika	P	
8.	Muhammad Ifandi	L	

Diketahui Oleh :


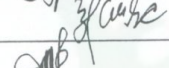


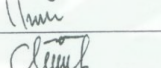



Guru BK/Koordinator BK

Mahasiswa Peneliti


Dra. Rahimah


Yulia Hikmah
NIM.1101151028

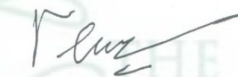
DAFTAR HADIR PESERTA KKP II
SISWA KELAS SMA NEGERI 8 MEDAN

NO.	Nama Peserta	P/L	Tanda Tangan
1.	Novida Hotmaria Siboro	P	
2.	Khairunisa	P	
3.	Beauty Pakpohan	P	
4.	Utia Eija Rizki	P	
5.	Felix Fernando Sidabalok	L	
6.	Fella Balqish	P	
7.	Chrystina Monika	P	
8.	Muhammad Ifandi	L	

Diketahui Oleh :

Guru BK/Koordinator BK

Mahasiswa Peneliti


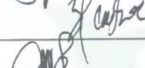


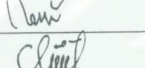





Dra. Rahimah



Yulia Hikmah
NIM.1101151028

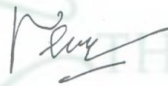
DAFTAR HADIR PESERTA KKP III
SISWA KELAS SMA NEGERI 8 MEDAN


NO.	Nama Peserta	P/L	Tanda Tangan
1.	Novida Hotmaria Siboro	P	
2.	Khairunisa	P	
3.	Beauty Pakpohan	P	
4.	Utia Eija Rizki	P	
5.	Felix Fernando Sidabalok	L	
6.	Fella Balqish	P	
7.	Chrystina Monika	P	
8.	Muhammad Ifandi	L	

Diketahui Oleh :

Guru BK/Koordinator BK

Mahasiswa Peneliti


Dra. Rahimah


Yulia Hikmah
NIM.1101151028

LAMPIRAN 15

DOKUMENTASI PENELITIAN DI SMA NEGERI 8 MEDAN T.A
2014/2015



Gambar 1. Peneliti saat datang ke SMA Negeri 8 Medan

THE
Character Building
UNIVERSITY



Gambar 2. Uji coba angket



Gambar 3. Siswa mengisi angket untuk memperoleh data pre-test

Lampiran 16

DAFTAR NILAI DISTRIBUSI KOEFISIEN KORELASI (R)

df	0.10	0.05	0.02	0.01	df	0.10	0.05	0.02	0.01
1	0.9877	0.9969	0.9995	0.9999	52	0.2262	0.2681	0.3158	0.3477
2	0.9000	0.9500	0.9800	0.9900	53	0.2241	0.2656	0.3129	0.3445
3	0.8054	0.8783	0.9343	0.9587	54	0.2221	0.2632	0.3102	0.3415
4	0.7293	0.8114	0.8822	0.9172	55	0.2201	0.2609	0.3074	0.3385
5	0.6694	0.7545	0.8329	0.8745	56	0.2181	0.2586	0.3048	0.3357
6	0.6215	0.7067	0.7887	0.8343	57	0.2162	0.2564	0.3022	0.3328
7	0.5822	0.6664	0.7498	0.7977	58	0.2144	0.2542	0.2997	0.3301
8	0.5494	0.6319	0.7155	0.7646	59	0.2126	0.2521	0.2972	0.3274
9	0.5214	0.6021	0.6851	0.7348	60	0.2108	0.2500	0.2948	0.3248
10	0.4973	0.5760	0.6581	0.7079	61	0.2091	0.2480	0.2925	0.3223
11	0.4762	0.5529	0.6339	0.6835	62	0.2075	0.2461	0.2902	0.3198
12	0.4575	0.5324	0.6120	0.6614	63	0.2058	0.2441	0.2880	0.3173
13	0.4409	0.5140	0.5923	0.6411	64	0.2042	0.2423	0.2858	0.3150
14	0.4259	0.4973	0.5742	0.6226	65	0.2027	0.2404	0.2837	0.3126
15	0.4124	0.4821	0.5577	0.6055	66	0.2012	0.2387	0.2816	0.3104
16	0.4000	0.4683	0.5425	0.5897	67	0.1997	0.2369	0.2796	0.3081
17	0.3887	0.4555	0.5285	0.5751	68	0.1982	0.2352	0.2776	0.3060
18	0.3783	0.4438	0.5155	0.5614	69	0.1968	0.2335	0.2756	0.3038
19	0.3687	0.4329	0.5034	0.5487	70	0.1954	0.2319	0.2737	0.3017
20	0.3598	0.4227	0.4921	0.5368	71	0.1940	0.2303	0.2718	0.2997
21	0.3515	0.4132	0.4815	0.5256	72	0.1927	0.2287	0.2700	0.2977
22	0.3438	0.4044	0.4716	0.5151	73	0.1914	0.2272	0.2682	0.2957
23	0.3365	0.3961	0.4622	0.5052	74	0.1901	0.2257	0.2664	0.2938
24	0.3297	0.3882	0.4534	0.4958	75	0.1888	0.2242	0.2647	0.2919
25	0.3233	0.3809	0.4451	0.4869	76	0.1876	0.2227	0.2630	0.2900
26	0.3172	0.3739	0.4372	0.4785	77	0.1864	0.2213	0.2613	0.2882
27	0.3115	0.3673	0.4297	0.4705	78	0.1852	0.2199	0.2597	0.2864
28	0.3061	0.3610	0.4226	0.4629	79	0.1841	0.2185	0.2581	0.2847
29	0.3009	0.3550	0.4158	0.4556	80	0.1829	0.2172	0.2565	0.2830
30	0.2960	0.3494	0.4093	0.4487	81	0.1818	0.2159	0.2550	0.2813
31	0.2913	0.3440	0.4032	0.4421	82	0.1807	0.2146	0.2535	0.2796

Lampiran 17

Tabel 10

Nilai – Nilai Kritis J Untuk Uji Wilcoxon

Ukuran Sampel	Taraf Nyata	
	0,01	0,05
6	-	0
7	-	2
8	0	4
9	2	6
10	3	8
11	5	11
12	7	14
13	10	17
14	13	21
15	16	25
16	20	30
17	23	35
18	28	40
19	32	46
20	38	52
21	43	59
22	49	66
23	55	73
24	61	81
25	68	89

THE
Character Building
 UNIVERSITY

Lampiran 18

Tabel 11

The Standar Normal Distribution (Z)

	0.00	0.01	0.02	0.03	0.04	0.05	0.06	0.07	0.08	0.09
0.0	0.000	0.0040	0.0080	0.0120	0.0160	0.0199	0.0239	0.0279	0.0319	0.0359
0.1	0.0398	0.0438	0.0478	0.0517	0.0557	0.0596	0.0636	0.0675	0.0714	0.0753
0.2	0.0793	0.0832	0.0871	0.0910	0.0948	0.0987	0.1026	0.1064	0.1103	0.1141
0.3	0.1179	0.1227	0.1255	0.1293	0.1331	0.3368	0.1406	0.1443	0.1480	0.517
0.4	0.1554	0.1591	0.1628	0.1664	0.1700	0.1736	0.1772	0.1808	0.1844	0.1879
0.5	0.1915	0.1950	0.1985	0.2019	0.2054	0.2088	0.2123	0.2157	0.2190	0.2444
0.6	0.2257	0.2291	0.2324	0.2537	0.2389	0.2442	0.2454	0.2486	0.2517	0.2459
0.7	0.2580	0.2611	0.2642	0.2673	0.2704	0.2734	0.2764	0.2794	0.2823	0.2852
0.8	0.2881	0.2910	0.2939	0.2967	0.2995	0.3023	0.3551	0.3078	0.3106	0.3133
0.9	0.3159	0.3186	0.3212	0.3328	0.3264	0.3281	0.3315	0.3340	0.3365	0.3389
1.1	0.3413	0.3438	0.346 1	0.3485	0.3508	0.3531	0.3554	0.3577	0.3599	0.3621
1.2	0.3643	0.4332	0.4332	0.4332	0.4332	0.4332	0.4332	0.4332	0.3997	0.4015
1.3	0.3849	0.4369	0.4388	0.4099	0.4115	0.4452	0.4452	0.4452	0.4452	0.4452
1.4	0.4192	0.4049	0.4066	0.4082	0.4090	0.4115	0.4131	0.4418	0.4429	0.4319
1.5	0.4332	0.4345	0.4357	0.4370	0.4382	0.4394	0.4406	0.4418	0.4625	0.4441
1.6	0.4452	0.4463	0.4474	0.4484	0.4495	0.4505	0.4515	0.4525	0.4535	0.4545
1.7	0.4554	0.4564	0.4573	0.4582	0.4591	0.4559	0.4608	0.4616	0.4625	0.4633
1.8	0.4641	0.4649	0.4656	0.4664	0.4671	0.4678	0.4686	0.4693	0.4699	0.4670
1.9	0.4713	0.4719	0.4726	0.4732	0.4738	0.4744	0.4750	0.4756	0.4761	0.4767
2.0	0.4772	0.4778	0.4783	0.4788	0.4793	0.4798	0.4803	0.4808	0.4812	0.4817
2.1	0.4821	0.4826	0.4830	0.4834	0.4838	0.4842	0.4846	0.4850	0.4854	0.4857
2.2	0.4861	0.4864	0.4868	0.4871	0.4875	0.4878	0.4881	0.4884	0.4887	0.4890
2.3	0.4893	0.4896	0.4898	0.4901	0.4904	0.4906	0.4909	0.4911	0.4913	0.4916
2.4	0.4918	0.4920	0.4922	0.4925	0.4927	0.4929	0.4931	0.4932	0.4934	0.4936
2.5	0.4938	0.4940	0.4941	0.4943	0.4945	0.4946	0.4948	0.4949	0.4951	0.4952
2.6	0.4953	0.4955	0.4956	0.4957	0.4959	0.4960	0.4961	0.4962	0.4963	0.4964
2.7	0.4965	0.4965	0.4965	0.4965	0.4965	0.4965	0.4965	0.4965	0.4965	0.4965
2.8	0.4974	0.4975	0.4976	0.4977	0.4977	0.4978	0.4979	0.4979	0.4980	0.4981
2.9	0.4981	0.4982	0.4982	0.4983	0.4984	0.4984	0.4985	0.4985	0.4986	0.4986
3.0	0.4987	0.4987	0.4987	0.4988	0.4988	0.4989	0.4989	0.4989	0.4990	0.4990





KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
(FACULTY OF EDUCATION)
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN (PPB)

Jl. Willem Iskandar Pasar V Kotak Pos. 1589 Medan 200221 Telp. (061) 6623943, 6613276

Nomor : 1444 /UN33.1.1/PP/2014

Lamp. : -

Hal : Izin Penelitian

Kepada : Yth. SMA Negeri 8 Medan
di,-
Tempat

Dengan Hormat, kami mohon kiranya saudara dapat memberi izin penelitian kepada mahasiswa di bawah ini :

Nama : Yulia Hikmah

NIM : 1101151028

Jurusan/Prog. Studi : Psikologi Pendidikan & Bimbingan /BK

Judul : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Eklektik Dalam
Mengurangi Stress Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi
Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 8 Medan Tahun Ajaran
2014-2015.

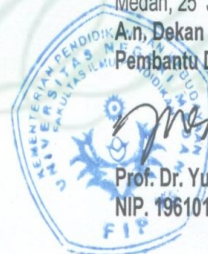
Mohon kiranya saudara untuk memberikan izin kepada yang bersangkutan untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan. Penelitian ini dimaksud untuk penyelesaian skripsi.

Demikian di sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Medan, 25 Juni 2014

A.n. Dekan
Pembantu Dekan I,


Prof. Dr. Yusnadi, MS
NIP. 196101091987031003





PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 8 MEDAN
Jalan Sampali No. 23 Telp. (061) 4530343 Kode Pos : 20211



SURAT KETERANGAN

Nomor: 421/7670

Berdasarkan surat Kepala Dinas Pendidikan Kota Medan, Kabid Program dan pengembangan Mutu Pendidikan, nomor : 420/7415.PPMP/2014 tanggal 19 Juni 2014 , perihal Izin Penelitian, maka Kepala SMA Negeri 8 Medan menerangkan bahwa :

Nama : Yulia Hikmah
N I M : 1101151028
Jurusan : Psikologi Pendidikan
Program Studi : Bimbingan Konseling/BK

telah melakukan penelitian di SMA Negeri 8 Medan, mulai tanggal 25 Juni -25 Agustus 2014 dengan judul :

"Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Eklektik Dalam Mengurangi stres Pada Anak Berprestasi Belajar Tinggi Siswa Kelas XI di SMA Negeri 8 Medan Tahun Pelajaran 2014-2015".

Demikian surat keterangan ini diterbitkan untuk dipergunakan seperlunya

Medan, 25 Agustus 2014

Kepala SMA Negeri 8 Medan,
Wakil Kepala Sekolah
Bidang Kurikulum,



HERBIN MANURUNG, S.Pd. M.Si.
NIP. 19730317 199801 1 001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS

✚ DATA PRIBADI

- a. Nama : YULIA HIKMAH
- b. Tempat/Tgl Lahir : GELE, 11 November 1992
- c. Nama Ayah : Munawar
- d. Nama Ibu : Sulastri Dalila
- e. Pekerjaan Orang Tua : Wiraswasta
- f. Alamat Orang Tua : Simpang Tiga, Bener Meriah

✚ RIWAYAT PENDIDIKAN

- a. Sekolah Dasar : SD Negeri 1 Simpang Tiga dan lulus tahun 2004
- b. Sekolah Menengah Pertama : SMP Negeri 1 Bukit dan lulus pada tahun 2007
- c. Sekolah Menengah Atas : SMA Negeri 1 Bukit dan lulus pada tahun 2010 penulis di terima di Program Studi S-1 Bimbingan dan Konseling, Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan, dan lulus pada tahun 2014.

Medan, 4 September 2014

Penulis

YULIA HIKMAH