

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Bimbingan Kelompok

##### 1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Sebelum membahas lebih lanjut tentang bimbingan kelompok, akan diuraikan terlebih dahulu tentang pengertian bimbingan. Bimbingan merupakan terjemah dari istilah *guidence* dalam bahasa Inggris. Sesuai dengan istilahnya bimbingan dapat diartikan secara umum sebagai suatu bantuan atau tuntunan. Namun untuk sampai kepada pengertian yang sebenarnya kita harus ingat bahwa tidak setiap bantuan atau tuntunan dapat diartikan sebagai *guidence* (bimbingan).<sup>1</sup>

Untuk dapat memperoleh pengertian yang lebih jelas berikut ini beberapa definisi menurut para ahli. Rochman Natawidjaja, bimbingan adalah sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan supaya individu tersebut dapat memahami dirinya sendiri, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat dan kehidupan pada umumnya.

Menurut Djumhur dan M. Surya, bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapainya, agar tercapai kemampuan untuk dapat memahami dirinya (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), kemampuan untuk mengarah<sup>19</sup> lirinya (*self direction*) dan kemampuan untuk merealisasikan dirinya (*self realization*), sesuai dengan potensi atau kemampuannya

---

<sup>1</sup> Djumhur dan M. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: C.V. ILMU, 1975), h.25.

dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah maupun masyarakat.<sup>2</sup>

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu layanan bimbingan kepada siswa secara bersama-sama atau kelompok. Mereka memperoleh berbagai bahan dari guru pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, dan juga dapat digunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan. Dalam layanan tersebut, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting, mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok.<sup>3</sup>

Adapun definisi dari bimbingan kelompok menurut Dewa Ketut Sukardi adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.<sup>4</sup>

Gadza mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gadza juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Dengan demikian jelas bahwa kegiatan dalam bimbingan

---

<sup>2</sup> Djumhur dan M. Surya, *Bimbingan dan penyuluhan di Sekolah*, ibid, h.28.

<sup>3</sup> Mukhlisa, *Administrasi dan Manajemen Bimbingan Konseling di Sekolah*, ibid, h.123.

<sup>4</sup> DewaKetut S, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h.48.

kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.

Sedangkan menurut Winkel bimbingan kelompok mengupayakan perubahan dalam sikap dan perilaku secara tidak langsung, melalui penyajian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri. Dengan adanya kegiatan bimbingan kelompok, diharapkan akan terjadi suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok, sehingga akan terjadi suatu perubahan dalam sikap dan tingkah lakunya secara tidak langsung.<sup>5</sup>

Dari beberapa pengertian bimbingan kelompok di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan kepada sejumlah individu dengan menggunakan prosedur kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok yang dilakukan oleh seorang pembimbing dalam rangka membahas topik-topik tertentu atau memberikan informasi dan memecahkan suatu masalah tertentu yang berguna dan bermanfaat bagi anggota kelompok sehingga akan terjadi suatu perubahan sikap dan perilaku pada anggota kelompok.

## **2. Tujuan Bimbingan Kelompok**

Secara umum layanan ini bertujuan agar siswa dapat mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi. Secara lebih khusus bertujuan mendorong pengembangan pikiran, perasaan, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, artinya

---

<sup>5</sup> Winkel dan Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2006), h.563.

meningkatkan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal para siswa. Layanan ini lebih bersifat preventif.<sup>6</sup>

Selain itu layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber atau guru pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat. Bahan yang dimaksudkan itu juga dapat di gunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan.

### **3. Manfaat dan Pentingnya Bimbingan Kelompok**

Manfaat dan pentingnya bimbingan kelompok perlu mendapat penekanan yang sungguh-sungguh. Melalui bimbingan kelompok para siswa :

- a. Diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya. Pendapat mereka boleh jadi bermacam-macam, ada yang positif dan ada yang negatif. Semua pendapat itu, melalui dinamika kelompok dan peran guru pembimbing diluruskan bagi pendapat-pendapat yang salah/ negatif, di sinkronisasikan dan di mantapkan sehingga para siswa memiliki pemahaman yang objektif, tepat dan luas tentang berbagai hal yang mereka bicarakan.
- b. Menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan di dalam kelompok. Sikap positif dimaksudkan menolak hal-hal yang negatif dan menyokong hal-hal yang positif. Sikap positif ini lebih jauh diharapkan dapat mendorong siswa untuk :
  - 1) Menyusun program-program dan kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan sokongan terhadap yang baik.

---

<sup>6</sup> Mukhlisa, *Administrasi dan Manajemen Bimbingan Konseling di Sekolah*, ibid,h.123.

- 2) Melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahakan hasil sebagaimana mereka progamkan semula.

Keempat manfaat yang berjenjang diatas dapat ditempuh melalui dinamika kelompok dibawah bimbingan Guru Pembimbing.

#### **4. Materi Layanan Bimbingan Kelompok**

Dalam layanan bimbingan kelompok materi yang dapat dibahas adalah berbagai hal yang amat beragam dan berguna bagi siswa (dalam segenap bidang bimbingan), materi tersebut meliputi<sup>7</sup> :

- a. Pemahaman dan pemantapan kehidupan keberagaman dan hidup sehat
- b. Pemahaman dan penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya
- c. Pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik dan peristiwa yang terjadi di masyarakat serta pengendalian/ pemecahannya
- d. Pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif
- e. Pemahaman tentang adanya berbagai alternatif pengambilan keputusan dan berbagai konsekuensinya
- f. Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar, pemahaman hasil belajar, timbulnya kegagalan belajar dan cara-cara penanggulangannya
- g. Pengembangan hubungan sosial yang efektif dan produktif
- h. Pemahaman tentang dunia kerja, pilihan dan pengembangan karier serta perencanaan masa depan
- i. Pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan/ program studi dan pendidikan lanjutan

Menurut Dewa Ketut Sukardi materi layanan bimbingan kelompok, meliputi<sup>8</sup>:

---

<sup>7</sup> Ibid., h.125.

- 1) Pengenalan sikap dan kebiasaan, bakat dan minat serta cita-cita dan penyalurannya.
- 2) Pengenalan kelemahan diri dan penanggulangnya, kekuatan diri dan pengembangannya.
- 3) Pengembangan kemampuan berkomunikasi, menerima/ menyampaikan pendapat, bertingkah laku dan hubungan sosial, baik di rumah, sekolah maupun masyarakat.
- 4) Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar yang baik di sekolah dan rumah sesuai dengan kemampuan pribadi siswa.
- 5) Pengembangan teknik-teknik penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian sesuai dengan kondisi fisik, sosial dan budaya.
- 6) Orientasi dan informasi perguruan tinggi sesuai dengan karier yang hendak dikembangkan.
- 7) Pengambilan keputusan dan perencanaan masa depan

##### **5. Jenis-jenis Kelompok dalam Layanan Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Layanan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan layanan bimbingan. Agar dinamika kelompok yang berlangsung didalam kelompok dapat secara efektif bermanfaat bagi pembinaan para anggota kelompok, maka jumlah anggota sebuah kelompok tidak boleh terlalu besar, sekitar 10-15 orang.<sup>9</sup> Bimbingan kelompok dapat juga dilaksanakan dalam tiga

---

<sup>8</sup> Dewa ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling disekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h.67.

<sup>9</sup>Ibid., h.68.

kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 orang).<sup>10</sup>

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling melalui pendekatan kelompok, ada dua jenis kelompok yang bisa dikembangkan, yaitu *kelompok bebas* dan *kelompok tugas*.

Kelompok bebas adalah kelompok yang anggotanya melakukan kegiatan kelompok tanpa penugasan tertentu, dan kehidupan kelompok itu memang tidak disiapkan secara khusus sebelumnya. Perkembangan yang akan timbul dalam kelompok nantinya akan menjadi isi dan mewarnai kehidupan kelompok itu lebih lanjut. Kelompok bebas memberikan kesempatan kepada seluruh anggota kelompok untuk menentukan arah dan isi kehidupan kelompok itu.

Sedangkan kelompok tugas adalah kelompok yang isi kegiatan kelompoknya ditetapkan terlebih dahulu. Sesuai dengan namanya, “kelompok tugas” pada dasarnya diberi tugas untuk menyelesaikan suatu pekerjaan, baik pekerjaan itu ditugaskan oleh pihak diluar kelompok maupun tumbuh didalam kelompok itu sendiri sebagai hasil dari kegiatan-kegiatan kelompok sebelumnya.<sup>11</sup>

Dalam hal ini tampak bahwa kelompok bebas dapat mengubah dirinya menjadi kelompok tugas, yaitu apabila kelompok itu mengikatkan diri untuk suatu tugas yang ingin diselesaikan. Dalam kelompok tugas, perhatian diarahkan kepada satu titik pusat, yaitu menyelesaikan tugas.<sup>12</sup>

---

<sup>10</sup> Ahmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan & Konseling dalam berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), h.23.

<sup>11</sup> Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Gahlia Indonesia), h.24

<sup>12</sup> *Ibid.*, h.25.

Bisa disimpulkan bahwa apabila materi itu bersifat penugasan, maka kelompok itu adalah kelompok tugas, sedangkan apabila materi itu merupakan hasil pengemukaan secara bebas para anggota kelompok, maka kelompok itu adalah kelompok bebas.

Untuk terselenggaranya layanan bimbingan kelompok, terlebih dahulu perlu dibentuk kelompok-kelompok siswa. Menurut Dewa Ketut Sukardi dalam bukunya pengantar pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah. Ada dua jenis kelompok, yaitu:

a. Kelompok Tetap (yang anggotanya tetap pada jangka waktu tertentu, misalnya satu bulan atau satu semester). Kelompok tetap melakukan kegiatannya dalam rangka layanan bimbingan kelompok secara berkala, sesuai dengan jadwal yang sudah diatur oleh guru pembimbing.

b. Kelompok tidak tetap atau *insidental*

Kelompok tidak tetap terbentuk secara insidental dan melakukan kegiatannya atas dasar kesempatan yang ditawarkan oleh guru pembimbing ataupun atas dasar permintaan anggota kelompok sendiri yang menginginkan untuk membahas permasalahan tertentu melalui dinamika kelompok.

Untuk kelompok-kelompok tetap guru pembimbing menyusun jadwal kegiatan kelompok secara teratur, misalnya setiap kelompok melaksanakan kegiatan sekali dalam dua minggu dengan topik bahasan yang bervariasi.

## **6. Teknik-teknik Layanan Bimbingan Kelompok**

Teknik-teknik ini berguna dalam pengembangan sikap anggota kelompok yang semula tumbuh secara lambat, meliputi teknik:

a. Teknik pertanyaan dan Jawaban



Teknik ini ialah para anggota kelompok menulis jawaban atas suatu pertanyaan pada selembar kertas yang disediakan oleh pemimpin kelompok. Misalnya pertanyaan: siapa saya?, bagaimana suasana hari ini?, apa yang perlu saya lakukan sekarang?, cara ini merupakan awal dari usaha anggota untuk mengungkapkan diri sendiri. Jika diperlukan jawaban ini tanpa disertai nama si penjawab. Jawaban-jawaban ini selanjutnya dapat digunakan untuk mengukur keseluruhan suasana dan tanggapan kelompok atas suatu permasalahan yang dilontarkan.<sup>13</sup>

b. Teknik Perasaan dan Tanggapan

Teknik ini mempersilahkan atau meminta masing-masing anggota kelompok mengemukakan perasaan dan tanggapannya atas suatu masalah atau suasana yang mereka rasakan pada saat pertemuan itu berlangsung. Teknik ini merangsang para anggotanya untuk mengenali perasaannya sendiri yang mungkin justru perlu menjadi pokok bahasan utama dalam kelompok itu.<sup>14</sup>

c. Teknik Permainan Kelompok

Berbagai permainan kelompok, seperti rangkai nama, kebun binatang, tiga dot dapat dipergunakan.

- 1) Dilakukan oleh seluruh anggota kelompok (termasuk pemimpin kelompok)
- 2) Bersifat gembira dan lucu
- 3) Tidak melelahkan
- 4) Sederhana

---

<sup>13</sup> Wibowo. ME, *Konseling Kelompok Perkembangan*, (Semarang: UPT UNNES Press ), h.30.

<sup>14</sup> Ibid.,h.31.

5) Waktu singkat

## 7. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Penyelenggaraan bimbingan kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai, dari langkah awal sampai dengan evaluasi dan tindak lanjutnya.<sup>15</sup>

### a. Langkah Awal

Langkah atau tahap awal diselenggarakan dalam rangka pembentukan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. Langkah awal ini dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan bimbingan kelompok bagi para siswa, pengertian, tujuan dan kegunaan bimbingan kelompok. Setelah penjelasan ini, langkah selanjutnya menghasilkan kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok.

### b. Perencanaan Kegiatan

Perencanaan bimbingan kelompok meliputi penetapan<sup>16</sup> :

- 1) Materi layanan
- 2) Tujuan yang ingin dicapai
- 3) Sasaran kegiatan
- 4) Bahan atau sumber bahan untuk bimbingan kelompok
- 5) Rencana penilaian dan

---

<sup>15</sup> Ahmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan & Konseling dalam berbagai Latar Kehidupan*, ibid, h.18.

<sup>16</sup> Ibid., h.19.

6) Waktu dan tempat.

c. Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan

1) Tahap I: Tahap pembentukan

Kegiatan awal dari sebuah kelompok dapat dimulai dengan pengumpulan para anggota kelompok dalam rangka kegiatan kelompok yang direncanakan, meliputi pengenalan dan pengungkapan tujuan, terbagunnya kebersamaan, keaktifan pemimpin kelompok dsb. Pada tahap ini digambarkan adanya rangsangan dari anggota agar mereka dapat mengenali diri dan perasaannya yang mungkin akan menjadi pokok bahasan selanjutnya. Tahap pertama dapat di simpulkan ke dalam bagan 1 yaitu:

TAHAP I PEMBENTUKAN	
Tema : pengenalan, pelibatan diri dan pemasukan diri	
Tujuan :	Kegiatan:
1. Anggota memahami pengertian dan kegiatan bimbingan kelompok	1. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling
2. Tumbuhnya suasana kelompok	
3. Tumbuhnya minat anggota dalam mengikuti kegiatan	2. Menjelaskan cara-cara dan asas kegiatan kelompok

<p>kelompok</p> <p>4. Tumbuhnya saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu diantara para anggota</p> <p>5. Tumbuhnya suasana bebas dan terbuka</p> <p>6. Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan perasaan dalam kelompok</p>	<p>3. Saling memperkenalkan &amp; mengungkapkan diri</p> <p>4. Permainan penghangatan atau pengakraban</p>
<p>Peranan pemimpin kelompok:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menampilkan diri secara utuh dan terbuka</li> <li>2. Menampilkan penghormatan kepada orang lain, hangat, tulus, bersedia membantu penuh</li> <li>3. Sebagai contoh</li> </ol>	

2) Tahap II : peralihan

Tahap ini ditandai dengan terbentuknya struktur kelompok agar anggota kelompok dapat mengetahui aturan dalam kelompok. Setelah suasana kelompok terbentuk dan dinamis, kelompok sudah mulai tumbuh dan kegiatan kelompok

hendaknya dibawa lebih jauh oleh pemimpin kelompok menuju kepada kegiatan kelompok yang sebenarnya. Pada tahap ini konselor memberi ruang siswa untuk bertanya tentang kegiatan bimbingan kelompok, kalau perlu hal-hal yang pokok dijelaskan kembali. Oleh karena itu, perlu diselenggarakan tahap peralihan.

TAHAP II PERALIHAN	
Pembangun jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga	
<p>Tujuan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terbebasnya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, atau malu/ saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya</li> <li>2. Makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan</li> <li>3. Makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok</li> </ol>	<p>Kegiatan:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya</li> <li>2. Menawarkan atau mengamati apakah menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya</li> <li>3. Membahas suasana yang terjadi</li> <li>4. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, jika perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama</li> </ol>

Peranan pemimpin:

1. Menerima suasana yang ada secara sabar dan terbuka
2. Tidak mempergunakan cara-cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kekuasaannya
3. Mendorong dibahasnya suasana perasaan
4. Membuka diri, sebagai contoh, dan penuh empati

### 3) Tahap III : kegiatan kelompok

Tahap ketiga merupakan inti kegiatan kelompok, maka aspek-aspek yang menjadi isi dan pengiringnya cukup banyak dan masing-masing aspek perlu mendapat perhatian yang seksama dari pemimpin kelompok. Kegiatan pada tahap ketiga mendapatkan alokasi waktu yang terbesar dalam keseluruhan kegiatan kelompok.

Pada tahap ketiga, hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik. Saling tukar pengalaman dalam bidang suasana perasaan yang terjadi, pengutaraan, penyajian, dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Pada saat itu, kelompok benar-benar sedang mengarah kepada pencapaian tujuan. Kelompok tersebut sedang berusaha menghasilkan sesuatu yang berguna bagi anggotanya.

TAHAP III	
Kegiatan Kelompok	
Tema: kegiatan pencapaian tujuan	
Tujuan:	Kegiatan:

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terungkapnya secara bebas masalah atau topik yang di rasakan, di pikirkan, dan di alami oleh anggota kelompok</li> <li>2. Terbahasnya masalah dan topik yang di kemukakan secara mendalam dan tuntas</li> <li>3. Ikut sertanya anggota secara aktif dan dinamis dalam pembahasan, baik yang menyangkut unsur-unsur tingkah laku, pemikiran, maupun perasaan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah atau topik bahasan</li> <li>2. Menetapkan masalah atau topik yang akan dibahas terlebih dahulu</li> <li>3. Anggota membahas masing-masing topik secara mendalam dan tuntas</li> <li>4. Kegiatan selingan</li> </ol>
<p>Peranan pemimpin kelompok</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sebagai pengatur lalu lintas yang sabar dan terbuka</li> <li>2. Aktif, tetapi tidak banyak bicara</li> <li>3. Memberikan dorongan dan penguatan serta penuh empati</li> </ol>	

#### 4) Tahap IV: Pengakhiran

Kegiatan suatu kelompok tidak berlangsung terus-menerus tanpa henti. Tahap ini adalah tahap dimana anggota kelompok mulai mencoba perilaku baru yang telah mereka pelajari dan dapatkan dari kelompok, umpan balik adalah hal penting yang harus dilakukan oleh masing-masing kelompok. Setelah kegiatan kelompok memuncak pada tahap ketiga, kegiatan kelompok kemudian menurun dan selanjutnya kelompok akan mengakhiri kegiatannya pada saat yang dianggap tepat.

<b>TAHAP IV</b> Pengakhiran	
Tema: Penilaian dan Tindak Lanjut	
Tujuan:	Kegiatan:
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan</li><li>2. Terungkapnya hasil kegiatan kelompok</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri</li><li>2. Pemimpin dan anggota kelompok</li></ol>



<p>yang telah dicapai secara mendalam dan tuntas</p> <p>3. Terumuskannya rencana kegiatan selanjutnya</p> <p>4. Tetap dirasakannya hubungan kelompok dan arasa kebersamaan meskipun kegiatan telah diakhiri</p>	<p>mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan</p> <p>3. Membahas kegiatan lanjutan</p> <p>4. Mengemukakan pesan dan harapan</p>
<p>Peranan pemimpin kelompok</p> <p>1. Tetap mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka</p> <p>2. Memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan anggota</p> <p>3. Memberikan semangat untuk kegiatan selanjutnya</p> <p>4. Penuh rasa persahabatan dan empati</p>	

Penilaian kegiatan bimbingan kelompok difokuskan pada perkembangan pribadi siswa dan hal-hal yang dirasakan mereka berguna. Isi kesan-kesan yang diungkapkan oleh para peserta merupakan isi penilaian yang sebenarnya. Penilaian terhadap bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis, baik

secara essay, daftar cek, maupun daftar isian sederhana. Secara tertulis peserta diminta untuk mengungkapkan perasaannya, pendapatnya, harapannya, minat dan sikapnya terhadap berbagai hal, baik yang telah dilakukan selama kegiatan bimbingan kelompok, maupun kemungkinan keterlibatan mereka untuk kegiatan serupa selanjutnya. Kepada peserta juga dapat diminta untuk mengemukakan baik lisan maupun tertulis tentang hal-hal yang paling berharga dan kurang mereka senangi selama kegiatan bimbingan kelompok.

Penilaian terhadap bimbingan kelompok berorientasi pada perkembangan yaitu mengenali kemajuan atau perkembangan positif yang terjadi pada diri peserta. Lebih jauh, penilaian terhadap bimbingan kelompok lebih bersifat penilaian “dalam proses” yang dapat dilakukan melalui:

- a. Mengamati partisipasi dan aktivitas peserta selama kegiatan berlangsung.
- b. Mengungkapkan pemahaman peserta atas materi yang dibahas
- c. Mengungkapkan kegunaan bimbingan kelompok bagi mereka dan perolehan mereka sebagai hasil dari keikutsertaan mereka.
- d. Mengungkapkan minat dan sikap mereka tentang kemungkinan kegiatan lanjutan, dan
- e. Mengungkapkan kelancaran proses dan suasana penyelenggaraan bimbingan kelompok

Hasil penilaian kegiatan bimbingan kelompok perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut seluk beluk kemajuan para peserta dan seluk beluk penyelenggaraan bimbingan kelompok. Perlu dikaji apakah hasil-hasil pembahasan dan atau

pemecahan masalah sudah dilakukan sedalam atau setuntas mungkin, atau sebenarnya masih ada aspek-aspek penting yang belum dijangkau dalam pembahasan itu.

Dalam analisis tersebut, satu hal yang menarik ialah analisis tentang kemungkinan dilanjutkannya pembahasan topik atau masalah yang telah dibahas sebelumnya. Usaha tindak lanjut itu dapat dilaksanakan melalui bimbingan kelompok selanjutnya atau kegiatan dianggap sudah memadai dan selesai sehingga oleh karenanya upaya tindak lanjut secara tersendiri dianggap tidak diperlukan.

## **B. Pemahaman Diri**

### **1. Pengertian Pemahaman Diri**

Pemahaman diri banyak diperbincangkan oleh banyak orang dan setiap orang mengartikan pemahaman diri menurut cara pandang mereka masing-masing.

Kalimat *Siapa saya* adalah pertanyaan sangat sederhana, tetapi memerlukan jawaban yang sangat mendalam, karena banyak aspek dari diri yang harus di ungkap, diantaranya: kelebihan dan kekurang saya, baik yang menyangkut fisik, psikis, minat dan bakat, cita-cita, kepribadian, kebutuhan-kebutuhan pokok, gaya hidup yang saya inginkan, dan lain sebagainya.<sup>17</sup>

Menurut Reker yang ditulis oleh Maria Antoinete pada blog <http://rumahbelajarpsikologi.com>, menjelaskan bahwa orang yang memahami diri adalah mereka yang memiliki tujuan hidup, memiliki arah, rasa memiliki

---

<sup>17</sup> Tim Paramitra, *Kumpulan Lengkap Materi Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Paramitra Publishing, 2013), h.48.

kewajiban dan alasan untuk ada, identitas diri yang jelas dan kesadaran sosial yang tinggi.<sup>18</sup>

Menurut Santrock, Pemahaman diri (*self – Understanding*) adalah gambaran kognitif remaja mengenai dirinya, dasar, dan isi dari konsep diri remaja.<sup>19</sup>

Menurut Hartono pemahaman diri siswa SMA adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi dirinya yang mencakup ranah minat, abilitas, kepribadian, nilai dan sikap yang mana pengenalan siswa atas pribadinya sendiri mencakup dua sisi yaitu pengenalan siswa atas keunggulannya dan pengenalan siswa atas kekurangannya sendiri. Kekuatan merupakan seperangkat kemampuan yang dimiliki siswa baik yang bersifat potensial maupun aktual. Kekuatan siswa menggambarkan keunggulan, kehebatan pribadi siswa, sedang kekurangan siswa adalah sejumlah keterbatasan yang dimiliki siswa. Kekurangan siswa menggambarkan ketidak mampuan siswa yang menjadi hambatan siswa dalam meraih cita-cita.<sup>20</sup>

Sedangkan dalam materi Bimbingan dan Konseling menjelaskan bahwa Pemahaman diri adalah suatu proses memahami diri sendiri tentang kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.<sup>21</sup>

Dalam modul layanan informasi tentang pemahaman diri yang disusun oleh tim konselor RSMABI Jawa Tengah pada workshop penyusunan modul RSMABI Jawa Tengah tanggal 6 s/d 9 November 2009 menggambarkan bahwa pengenalan terhadap diri sendiri merupakan kemampuan seseorang dalam mengeksplorasi potensi diri

---

<sup>18</sup> Maria Antoinete, Pemahaman Diri dalam <http://rumahbelajarpsikologi.com>, Diakses 20 Oktober 2014.

<sup>19</sup> John W. Santrock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 2002), cet. Ke-11, jilid 2, h.55.

<sup>20</sup> Hartono, *Bimbingan Karier Berbantuan Komputer untuk Siswa SMA*, *ibid*, h.209.

<sup>21</sup> Tim Paramitra, *Kumpulan Lengkap Materi Bimbingan dan Konseling*, *ibid*, h.22.

sendiri yang terdiri dari potensi fisik dan potensi psikis. Potensi fisik yaitu kelebihan pada anggota badan, panca indera beserta kekuatan/ kualitasnya, sedangkan potensi psikis yaitu seluruh kemampuan dan kekuatan yang dimiliki seseorang yang berkaitan dengan kemampuan kejiwaan antara lain : kecerdasan, bakat, minat, dan sifat serta ciri-ciri kepribadian.

Dari uraian diatas penulis menyimpulkan bahwa pemahaman diri adalah suatu situasi yang dialami individu dimana seorang mengenal tentang potensinya baik potensi fisik maupun potensi psikisnya sehingga individu memahami arah dan tujuan hidupnya.

## **2. Tujuan Pemahaman Diri**

Pemahaman diri merupakan aspek penting bagi siswa. Siswa yang memahami diri lebih memiliki peluang yang besar dalam meraih cita-cita dari pada siswa yang belum mengenal dengan baik akan diri mereka sendiri, karena mereka yang memahami diri telah mengetahui kemampun, minat, kepribadian, dan nilai termasuk kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri mereka sehingga mereka memiliki arah dan tujuan hidup yang realistis dimana mereka memilliki cita-cita yang sesuai dengan potensi diri.<sup>22</sup>

Menurut Muhammad Farid<sup>23</sup> (<http://tizarrahmawan.wordpress.com>) ketika seseorang mengetahui kondisi dan gambaran tentang dirinya maka dia akan dapat menjalani hidupnya dengan nyaman dan juga memiliki rasa percaya diri yang kuat karena sudah memiliki pandangan diri yang jelas.

---

<sup>22</sup>Maria Antoinete, "Tujuan Pemahaman Diri (Online)", <http://rumahbelajarpikologi.com>, Diakses 20 Oktober 2014.

<sup>23</sup> Muhammad Farid, "Tujuan Pemahaman Diri (Online)", <http://tizarrahmawan.wordpress.com>. Diakses 08 Januari 2015.

Tujuan dari memahami diri sendiri adalah:<sup>24</sup>

- a. Mampu mengeksplorasi potensi diri mereka
- b. Siswa bisa mempersiapkan diri dengan baik dalam memasuki dunia pendidikan, kerja
- c. Siswa mencapai kematangan dalam perkembangan pendidikan ataupun karier
- d. Siswa mampu mengambil keputusan pendidikan / karier secara mandiri

### **3. Ciri-ciri Siswa yang Memahami Dirinya**

Memahami diri sendiri merupakan suatu tugas yang sulit. Ini memerlukan usaha memahami diri sendiri sepanjang kehidupan secara objektif. Untuk mencapai pemahaman diri yang memadai dituntut pemahaman tentang dirinya menurut keadaan sesungguhnya. Jika gambaran diri yang dipahami semakin dekat dengan keadaan sesungguhnya, individu tersebut semakin dewasa.<sup>25</sup>

Ketika seseorang mengetahui kondisi dan gambaran tentang dirinya maka dia akan dapat menjalani hidupnya dengan nyaman dan juga memiliki rasa percaya diri yang kuat karena sudah memiliki pandangan diri yang jelas.<sup>26</sup>

Siswa yang memahami diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Percaya Diri

---

<sup>24</sup> Ibid.,

<sup>25</sup> Akhmad Harum, "Pemahaman dan Penerimaan Diri" [www.gunadarma.ac.id/.../Artikel\\_10505131.pdf](http://www.gunadarma.ac.id/.../Artikel_10505131.pdf). di akses tanggal 08 Januari 2015.

<sup>26</sup> Muhammad Farid, "Tujuan Pemahaman Diri" ibid

Thursan Hakim mendefinisikan percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.<sup>27</sup>

Percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/ situasi yang dihadapinya.<sup>28</sup>

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya.

Karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah<sup>29</sup>:

- 1) Percaya akan kemampuan diri, sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain.
- 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain (berani menjadi diri sendiri).
- 4) Punya pengendalian diri yang baik.
- 5) Mempunyai harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

#### b. Berfikir Positif

<sup>27</sup> Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa tidak Percaya Diri*, ( Jakarta: Puspa Swara, 2002), h.173.

<sup>28</sup> Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), h.149.

<sup>29</sup> Rini Jacinta, "Memupuk rasa Percaya Diri", <http://www.e-psikologi.com>. diakses 08 Januari 2015.

Berfikir positif adalah kemampuan berfikir seseorang untuk menilai pengalaman-pengalaman dalam hidupnya, sebagai bahan yang berharga untuk pengalaman selanjutnya dan menganggap semua itu sebagai proses hidup yang harus diterima.<sup>30</sup> Dengan demikian seseorang yang berfikir positif akan dapat mengubah kekalahan menjadi kemenangan, kegagalan menjadi kesuksesan dan harapan menjadi kenyataan.

Thursan Hakim menyatakan bahwa modal pertama dan utama yang harus dimiliki oleh setiap orang yang ingin meningkatkan atau menumbuhkan rasa percaya diri.<sup>31</sup> Berfikir positif dapat dilakukan dengan memahami dan menyakini bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan kelemahan masing-masing. Oleh karena itu perasaan lebih rendah dari orang lain dan perasaan tidak percaya diri tidak perlu ada.

Dari beberapa definisi yang telah diurai diatas maka dapat diketahui perilaku yang tampak dari seseorang yang berfikir positif diantaranya adalah<sup>32</sup>:

- 1) Berprasangka baik kepada orang lain.
- 2) Memiliki ide tentang kesuksesan.
- 3) Memiliki rencana yang matang.
- 4) Mempunyai harapan terhadap apa yang dilakukan.
- 5) Mampu untuk memecahkan masalah.
- 6) Beranggapan bahwa segala sesuatu pasti ada hikmahnya.
- 7) Optimisme yang tinggi

---

<sup>30</sup> Peale N.V, *Berfikir Positif*, (Jakarta: Bina Rupa Aksara, 2006), h.135.

<sup>31</sup> Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002),h.170.

<sup>32</sup> Albrech. K., *Brain Power: Learn To Improve Your Thinking Skill*, (New York: Pretinclud, 1980),h.98.



Pada dasarnya seseorang yang berfikir positif bukan hanya secara perilaku akan tetapi dapat berbentuk penguatan dengan menggunakan kata-kata atau verbalisasi sehingga seseorang bisa berfikir positif.

c. Memiliki Kebiasaan yang Efektif

Orang yang memiliki suatu kebiasaan yang efektif ditandai dengan:

- 1) Bersikap proaktif,
- 2) Merujuk pada tujuan akhir,
- 3) Mendahulukan yang utama,
- 4) Menciptakan kondisi tidak menang-menang, dimana antara kita dan orang lain tidak ada yang merasa dirugikan,
- 5) Berusaha untuk memahami dahulu, baru dipahami

**4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemahaman Diri Siswa**

Kemampuan untuk memahami diri sendiri berkembang sejalan dengan usia seseorang. Menurut teori cermin diri *looking glass self*, pemahaman seseorang terhadap dirinya merupakan refleksi bagaimana orang lain bereaksi terhadapnya. Pemahaman diri berkembang seiring dengan perkembangan sosial seseorang, perkembangan sosial seseorang juga tidak lepas dari bagaimana seseorang memahami pikiran, perasaan, motivasi, dan perilaku orang lain.<sup>33</sup>

Pemahaman diri (minat, abilitas, kepribadian, nilai-nilai dan sikap, kelebihan dan kekurangan) di pengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi pemahaman diri siswa meliputi:

---

<sup>33</sup> Aliah B.Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2008),h.188.

- a. Usia kematangan, individu yang matang lebih awal dan diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa mampu mengembangkan pemahaman diri yang lebih baik dari pada individu yang usia kematangannya terlambat dan diperlakukan seperti anak-anak sehingga merasa salah dimengerti dan bernasib kurang baik sehingga cenderung berperilaku kurang dapat menyesuaikan diri.
- b. Kreativitas, individu yang semasa kanak-kanak didorong agar kreatif dalam bermain dan tugas akademis, dapat memberi pengaruh yang baik pada pemahaman dirinya.
- c. Cita-cita, individu yang memiliki cita-cita tidak realitas maka akan mengalami kegagalan, hal ini akan menimbulkan perasaan tidak mampu bertahan dimana individu tersebut akan menyalahkan orang lain akan kegagalannya, sedangkan individu yang memiliki cita-cita yang realitas tentang kemampuannya lebih banyak mengalami keberhasilan dari pada kegagalan dan hal ini akan memberikan kepuasan pada diri sehingga dapat memahami diri sendiri dengan baik.
- d. Penampilan diri, penampilan yang berbeda membuat individu merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik.

Sedangkan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi pemahaman diri siswa antara lain<sup>34</sup>:

- 1) Hubungan keluarga, seorang individu yang memiliki hubungan yang erat, harmonis, dan baik akan memberikan pengaruh yang baik kepada individu sehingga akan lebih mudah dalam memahami diri sendiri, pun sebaliknya

---

<sup>34</sup> Akhmad Harum, "Pemahaman dan Penerimaan Diri", [www.gunadarma.ac.id.../Artikel\\_10505131.pdf](http://www.gunadarma.ac.id.../Artikel_10505131.pdf). diakses tgl 1 Apr 2015

individu yang berada pada keluarga yang kurang harmonis lebih sulit dalam memahami diri sendiri karena tidak ada perhatian dan dorongan dari keluarganya.

- 2) Teman-teman sebaya akan mempengaruhi pola kepribadian individu, karena individu merupakan cerminan dari teman-temannya.
- 3) Peran orang lain, orang yang berada di sekitar individu akan sangat berperan dalam memahami diri. Apabila orang-orang yang ada disekitar menghargai dan memperhatikan dengan baik maka akan terbentuk pemahaman diri yang baik.

## **5. Cara untuk Meningkatkan Pemahaman Diri**

Mengenal/ memahami diri sendiri amat penting dalam hidup ini. Sebab orang yang mengenal dirinya akan mengetahui kelebihan dan kekurangannya. Ia akan pandai menempatkan diri dalam pergaulan. Juga akan mampu mengelola kelebihan (potensi) untuk meraih kesuksesan hidup di masa depan.

Mengenal diri sendiri adalah suatu proses untuk jangka panjang, kita tidak bisa segera tahu mengenai diri kita sendiri, banyak faktor dari dalam diri kita untuk kita cari tahu mengenai diri kita yang sebenarnya. Segala sesuatu yang timbul dari dalam diri, itulah diri kita yang sebenarnya. Sehingga kita mesti mencari tahunya terlebih dahulu, apa saja faktor-faktor yang timbul tersebut?

Beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk memahami diri sendiri<sup>35</sup> :

- a. Kita harus mengetahui sifat/ watak diri sendiri

Sifat atau (traits) adalah kebiasaan yang dibawa sejak lahir dan cenderung menetap, walaupun bisa berubah kalau kita berusaha merubahnya.

Sifat diri ada dua macam yaitu sifat diri yang positif dan sifat diri yang

---

<sup>35</sup>Ibid.,

negatif. Sifat diri positif artinya kebiasaan yang baik-baik, contohnya: sabar, jujur, ramah rendah hati, hemat, tidak kikir, tegas terbuka (apa adanya), periang, tekun, teliti, cermat dan lain-lain. Sifat diri yang negatif artinya kebiasaan yang tidak baik, contohnya: pemaarah, sombong, boros, kikir, malas, iri, jahil, tertutup usil, ceroboh, cerewet, ketus, sembrono, pembohong dan lain sebagainya.

Setiap manusia mempunyai sifat diri yang positif dan yang negatif, kita harus memahami sifat-sifat kita, baik yang positif maupun yang negatif, sebaiknya sifat diri kita yang positif dikembangkan dalam kehidupan sehari-hari supaya lebih bermanfaat, dan sifat diri kita yang negatif diperbaiki atau diperkecil resikonya, supaya tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain.

b. Mengetahui bakat yang kita miliki

Bakat ialah anugerah Tuhan YME berupa kemampuan dasar yang masih terpendam yang dibawa sejak manusia dilahirkan ke dunia. Bakat masih berupa bibit atau bahan yang akan berkembang apabila di dukung oleh lingkungan.

Bakat di artikan sebagai kemampuan bawaan yang merupakan potensi yang masih perlu di kembangkan atau di latih. Bakat sebagai suatu kondisi pada diri individu yang dengan suatu latihan khusus memungkinkan mencapai suatu kecakapan, pengetahuan dan keterampilan khusus.

c. Mengetahui minat yang kita miliki

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan yang biasanya diikuti dengan perasaan senang.

d. Cita-cita yang ingin kita capai

Cita-cita merupakan tujuan yang ingin dicapai pada kehidupan mendatang. Oleh karena itu belajar yang efektif dan teratur diyakini dapat membantu tercapainya cita-cita yang diinginkan.

### **C. Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa**

Pendidikan di sekolah dilaksanakan sebagai upaya untuk memberikan perubahan-perubahan positif terhadap tingkah laku dan sikap diri siswa yang sedang berkembang menuju kedewasaannya dimana proses ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pembawaan, kematangan, dan lingkungan. Sekolah sebagai salah satu faktor lingkungan yang mempengaruhinya ikut memberikan pengaruh dalam membimbing siswa agar pribadinya berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Namun dalam proses perkembangannya itu siswa tidak dapat lepas dari berbagai masalah, salah satunya adalah kurangnya memahami diri sendiri secara baik.

Setiap individu, tidak akan terlepas dari suatu masalah, baik itu masalah yang berhubungan dengan pribadi, sosial, pendidikan, karir dan nilai. Dalam hubungannya dengan pemahaman diri, siswa yang kurang memahami dirinya, akan mengalami hambatan dalam pemenuhan kebutuhan pribadinya, hambatan tersebut nantinya akan berpengaruh kepada keberhasilan individu tersebut dalam pencapaian cita-cita dimasa

yang akan datang. Bantuan yang diberikan oleh pihak bimbingan dan konseling jika dihubungkan dengan pemahaman diri siswa adalah melalui bimbingan kelompok.

Menurut Djumhur dan M. Surya bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapainya, agar tercapai kemampuan untuk dapat memahami dirinya (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), kemampuan untuk mengarahkan dirinya (*self direction*) dan kemampuan untuk merealisasikan dirinya (*self realization*), sesuai dengan potensi atau kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah maupun masyarakat.<sup>36</sup>

Sedangkan layanan bimbingan kelompok merupakan suatu layanan bimbingan kepada siswa secara bersama-sama atau kelompok. Mereka memperoleh berbagai bahan dari Guru Pembimbing yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat, dan juga dapat digunakan sebagai acuan untuk mengambil keputusan. Dalam layanan tersebut, para siswa dapat diajak untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting, mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok.<sup>37</sup>

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran.

---

<sup>36</sup> Djumhur dan M. Surya, *Bimbingan dan penyuluhan di Sekolah*, ibid, h.25.

<sup>37</sup> Mukhlisa, *Administrasi dan Manajemen Bimbingan Konseling di Sekolah*, ibid, h.123.

Informasi yang diberikan dalam bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan pemahaman mengenai orang lain, sedangkan perubahan sikap merupakan tujuan yang tidak langsung.

Dra. Mukhlisa juga mengatakan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada sekelompok orang secara terus menerus dan sistematis dalam memecahkan masalah yang dihadapi agar tercapai kemampuan untuk memahami diri sendiri (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), kemampuan untuk mengarahkan dirinya (*self direction*), dan kemampuan untuk merealisasikan dirinya (*self realization*) sesuai dengan potensi yang dimilikinya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baik keluarga, sekolah maupun masyarakat.<sup>38</sup>

Materi kegiatan bimbingan kelompok meliputi:

1. Pemahaman dan pementapan kehidupan keberagaman dan hidup sehat
2. Pemahaman dan penerimaan diri sendiri dan orang lain sebagaimana adanya
3. Pemahaman tentang emosi, prasangka, konflik dan peristiwa yang terjadi dimasyarakat serta pengendalian/ pemecahannya
4. Pengaturan dan penggunaan waktu secara efektif
5. Pemahaman tentang adanya berbagai alternatif pengambilan keputusan dan berbagai konsekuensinya
6. Pengembangan sikap dan kebiasaan belajar, pemahaman hasil belajar, timbulnya kegagalan belajar dan cara-cara penanggulangannya
7. Pengembangan hubungan sosial yang efektif dan produktif

---

<sup>38</sup> Ibid., h.12.

8. Pemahaman tentang dunia kerja, pilihan dan pengembangan karier serta perencanaan masa depan
9. Pemahaman tentang pilihan dan persiapan memasuki jurusan/ program studi dan pendidikan lanjutan

Pemahaman diri merupakan aspek penting bagi siswa. Siswa yang memahami diri lebih memiliki peluang yang besar dalam meraih cita-cita dari pada siswa yang belum mengenal dengan baik akan diri mereka sendiri, karena mereka yang memahami diri telah mengetahui kemampuan, minat, kepribadian, dan nilai termasuk kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri mereka sehingga mereka memiliki arah dan tujuan hidup yang realistis dimana mereka memiliki cita-cita yang sesuai dengan potensi diri.<sup>39</sup>

Akan tetapi belum semua siswa dapat memahami dirinya dengan baik, masih banyak siswa yang belum mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, sehingga siswa belum bisa mengoptimalkan potensi yang dimilikinya.

Oleh karenanya dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan topik pemahaman diri agar tercapai kemampuan untuk memahami diri sendiri (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), kemampuan untuk mengarahkan dirinya (*self direction*), dan kemampuan untuk merealisasikan dirinya (*self realization*) sesuai dengan potensi yang dimilikinya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baik keluarga, sekolah maupun masyarakat.

---

<sup>39</sup>Maria Antoinete, "Tujuan Pemahaman Diri (Online)", <http://rumahbelajarpsikologi.com>, Diakses 20 Oktober 2014.