**LAMPIRAN 1**

**PELAKSANAAN KEGIATAN EKSPERIMEN**

**SMA NEGERI 1 TAMALATEA KAB. JENEPONTO**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Per**  **Temuan**  **Ke** | **Topik**  **Pertemuan** | **Tujuan** | **Kegiatan** | **Rentang waktu** |
| **Pertama** | Melakukan tes Kurang percaya diri siswa | Mengetahui kemampuan awal siswa | 1. Membangun Rapport  2. Menjelaskan tujuan kegiatan termasuk cara mengerjakan tes  3. Membagikan tes  4. Mengerjakan tes  5. Penutup | 45 menit |
| **Kedua** | Menjelaskan secara umum mengenai pelaksanaan teknik *Permainan Dialog* | Siswa dapat memahami secara garis besar kegiatan yang akan dilaksanakan | 1. Membangun Rapport  2. Menjelaskan materi  3. Tanya jawab  4. Balikan  5. Penutup | 15 menit |
| **Ketiga**  3 (tiga) kali pemberian perlakuan berupa teknik *empty chair* | Siswa dipersilahkan duduk pada kursi kosong untuk bermain peran, *under dog* dan *top dog* (siswa yang mengalami kecemasan dalam menghadapi ujian) | Mendialogkan sisi *top dog* dan *under dog* siswa dalam rangka perluasan kesadaran siswa mengenai aspek diri yang menyebabkan dia merasa kurang percaya diri | 1. Membangun Rapport  2. Menjelaskan teori Gestalt secara umum tidak ada yang ada kecuali “masa sekarang”.Masa lalu telah lewat dan masa depan belum lagi datang.  3. Penjelaskan tujuan kegiatan dan mekanisme pelaksanaan teknik *empty chair*  4. Pemberian balikan oleh konselor  5. Mengakhiri | 45 menit |
| **Keempat** | Melakukan tes ulang kurang percaya diri siswa (Posttest) | Mengetahui apakah siswa masih mengalami rasa kurang percaya diri atau masih tetap merasa kurang percaya diri setelah diberi perlakuan (*Permainan dialog*) | 1. Membangun Rapport  2. Menjelaskan tujuan kegiatan termasuk cara mengerjakan tes  3. membagikan tes  4. Mengerjakan tes  5. Penutup | 45 menit |
| **Kelima** | Setelah melakukan posttest, siswa Membentuk FGO*(focus group discustion)* | Mengetahui, apakah setelah  dibentuk diskusi  kelompok siswa  benar-benar yakin  rasa kurang percaya dirinya telah teratasi setelah diberi perlakuan berupa  *Permainan Dialog* | 1. Membangun Rapport  2. Menjelaskan tujuan kegiatan diskusi kelompok mengenai kecamasan menghadapi ujian  3. tanya jawab  4. penutup | 45 menit |

**LAMPIRAN 2**

**SKENARIO PELAKSANAAN EKSPERIMEN**

**TEKNIK *PERMAINAN DIALOG***

1. **Tujuan**

Tujuan teknik *permainan dialog* ini yaitu :

* 1. Teknik ini untuk mengakhiri konflik-konflik dengan jalan memutuskan urusan-urusan yang tidak selesai yang berasal dari masa lampau konseli.
  2. Sebagai alat membantu konseli agar ia memperoleh kesadaran yang lebih penuh dalam menginternalisasikan konflik yang ada pada dirinya.
  3. Konseli menjadi sadar akan apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka melakukan itu, dan bagaimana mereka mengubah diri dan pada waktu yang sama untuk belajar menerima dan menghargai diri mereka sendiri.
  4. Teknik ini membantu konseli untuk tidak mengingkari hal yang sudah ada, dan hanya berbicara mengenai perasaan yang berkonflik, tetapi mereka dapat menginfestasikan perasaan dan mengalami sepenuhnya.
  5. Konseli menjadi sadar bahwa perasaan merupakan suatu bagian yang sangat nyata dalam diri mereka, sehingga teknik ini mendorong konseli untuk tidak mengabaikan perasaannya.

1. **Persiapan**

Pada tahap ini fasilisator menfasilitasi pelaksanaan teknik *permainan dialog* Kegiatan-kegiatan yang dilakukan adalah:

* + - 1. Menyiapkan media penunjang yaitu:
         1. Panduan pelaksanaan teknik *permainan dialog*
         2. Panduan/pedoman pengamatan aktivitas kegiatan pelaksanaan teknik *permainan dialog*
      2. Menata setting pertemuan
         1. Tempat: Pelaksanaan kegiatan dilakukan di dalam ruang BK yang menunjang kegiatan ini, dengan setting ruangan yang memungkinkan siswa untuk merasa nyaman dan terkendali begitu pula dengan peneliti/fasilitator.
         2. Perlengkapan: kursi, meja, pulpen, kertas.

1. **Petunjuk Pelaksan­aan**

Pelaksanaan teknik *permainan dialog* terbagi ke dalam 4 tahap pertemuan dengan kegiatan-kegiata sebagai berikut:

Tahap *pretes*

1. Konselor/fasilitator membina hubungan baik (*Rapport*).
2. Mengidentifikasi masalah yang dialami siswa.
3. Merumuskan tujuan yang ingin dicapai

Tujuan teknik *permainan dialog* yaitu, untuk mengatasi rasa kurang percaya diri siswa.

1. Menyiapkan alat pengungkapan masalah.
2. Menyiapkan panduan/pedoman teknik *permainan dialog.*
3. Menentukan fasilitator, pemain, pemegang peran, *observer* dan penonton

* Fasilitator : Peneliti
* Pemain : Siswa yang menjadi subjek penelitian
* Pemegang peran : Siswa yang menjadi subjek penelitian
* Observer : Konselor/siswa
* Penonton : Siswa yang berada di dalam ruang BK sebagai peserta

1. Menentukan tempat pelaksanaan kegiatan teknik *permainan dialog*

Tempat pelaksanaan kegiatan teknik *permainan dialog* dilaksanakan di dalam ruang BK yang menunjang pelaksanaan kegiatan tersebut.

1. Menyiapkan perlengkapan-perlengkapan yang diperlukan dalam pelaksanaan kegiatan teknik *permainan dialog* seperti lembaran media kegiatan teknik *permainan dialog*
   1. Tahap Implementasi Simulasi
2. Sesi Pembuka
3. Konselor/fasilitator membina hubungan baik (*Rapport*).
4. Konselor/fasilitator menjelaskan tujuan kegiatan dan mekanisme kegiatan teknik *permainan dialog*.
5. Konselor/fasilitator menjelaskan teknik penyelesaian masalah yang akan digunakan dalam mengatasi rasa kurang percaya diri siswa yang digambarkan pada lembaran media kegiatan teknik *permainan dialog*.
6. Sesi Inti
7. Konselor/fasilitator memberi kesempatan kepada siswa untuk mengungkapkan latar belakang/sebab sehingga merasa tidak percaya diri.
8. Konselor/fasilitator memberi kesempatan kepada siswa untuk saling memberikan pendapat atas masalah masing masing.
9. Pemberian balikan oleh konselor/fasilitator.
10. Sesi Terminasi
11. Konselor/fasilitator menutup teknik *permainan dialog*.
12. Konselor/fasilitator menentukan waktu dan tempat pertemuan berikutnya.
13. Tahap Postest

a. Refleksi

Dalam kegiatan refleksi, konselor/fasilitator menanyakan kepada siswa mengenai:

* + - * 1. Apa yang dirasakan siswa yang bersangkutan setelah mengikuti teknik *permainan dialog*?
        2. Apa manfaat yang dapat diperoleh dari teknik *permainan dialog*?

1. Evaluasi

Dalam kegaitan evaluasi, konselor/fasilitator memberikan penilaian sejauh mana keberhasilan dan ketidakberhasilan teknik *permainan dialog* untuk mengatasi rasa kurang percaya diri siswa.

**LAMPIRAN 3**

**KISI-KISI ANGKET UNTUK SISWA**

**(Uji Coba)**

**“PENGARUH PERMAINAN DIALOG DALAM PENDEKATAN KONSELING GESTALT MELALUI KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGATASI RASA KURANG PERCAYA DIRI SISWA DI SMA NEGERI 1 TAMALATEA KABUPATEN JENEPONTO.”**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Peubah** | **Aspek** | **Nomor Item** | |
| **Positif** | **Negatif** |
| Kurang Percaya Diri | * + - 1. Pesimis       2. Mudah Cemas       3. Minder       4. Menarik diri dari lingkungan sosial | 1, 2 , 3, 23, 26, 28, 31, 32,36, 38  6, 7, 8  11,12,13,14  17,18,19 | 4, 5, 27, 29, 30, 34, 35, 39, 40  9, 10  15,16,24  20,21,22,25 |

**ANGKET PENELITIAN**

**(Uji Lapangan)**

## Pengantar

Berikut ini terdapat 40 pernyataan, baca dan pahami pernyataan itu kemudian saya diminta untuk menjawab pertanyaan tersebut sesuai dengan jawaban dan kebiasaan saya. Jawaban dari pernyataan itu dapat dikategorikan ke dalam lima skala sebagai berikut:

1-----2-----3-----4-----5

(Sangat sesuai) ( tidak sesuai)

Beri tsaya (V) pada kolom yang saya anggap sesuai dengan pendapat saya.

Keterangan:

Kategori 1= Sangat sesuai

Kategori 2= Sesuai

Kategori 3= Cukup sesuai

Kategori 4= Kurang sesuai

Kategori 5= Tidak sesuai

Jeneponto,....................

Peneliti,

**Muh. Alfian**

**Petunjuk Pengisian**

1. Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang menggambarkan tingkat pengetahuan saya.
2. Berikan jawaban saya sesuai dengan apa yang sesuai dengan keadaan diri saya.
3. Berilah tsaya cek (V) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan pada bagian kanan.
4. Pilihan jawaban yaitu: (SS) sangat sesuai, (S) sesuai, (CS) cukup sesuai, (KS) kurang sesuai, dan (TS) tidak sesuai.

**Identitas responden:**

Nama responden :

Nis :

Kelas :

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pertanyaan/Pernyataan** | **SS** | **S** | **CS** | **TS** | **STS** |
| 1. | Saya kurang optimis dengan keputusan yang saya ambil |  |  |  |  |  |
| 2. | Saya merasa khawatir dalam mengatasi setiap tantangan saya hadapi |  |  |  |  |  |
| 3. | Saya merasa teman saya selalu menganggap saya lebih rendah dari pada mereka |  |  |  |  |  |
| 4. | Saya cukup yakin dengan penampilan diri saya di depan banyak orang |  |  |  |  |  |
| 5. | Saya yakin dengan pekerjaan yang saya lakukan. |  |  |  |  |  |
| 6. | Saya optimis, bahwa disiplin sekolah sangat mengurangi kebebasan saya serta membuat saya frustasi |  |  |  |  |  |
| 7. | Saya optimis bahwa belajar tidak ada penggantinya dengan masa depan saya |  |  |  |  |  |
| 8. | Saya optimis melakukan pekerjaan dengan baik apabila diberi imbalan |  |  |  |  |  |
| 9. | Saya tidak yakin dengan hasil dari pekerjaan saya. |  |  |  |  |  |
| 10. | Saya optimis bisa mencapai target prestasi terbaik di sekolah sebagaimana harapan orang tua saya |  |  |  |  |  |
| 11. | kepentingan pribadi adalah hal yang paling utama |  |  |  |  |  |
| 12. | Kesulitan yang dihadapi oleh teman saya sama saja sebagai kesulitan yang juga saya hadapi |  |  |  |  |  |
| 13. | Bila saya mendengar pendapat orang lain, saya merasa bahwa pendapat saya lebih bagus dari mereka dan menganggap bahwa pendapat mereka adalah salah |  |  |  |  |  |
| 14. | Dalam situasi diskusi, saya menganggap bahwa saya selalu lebih banyak menggunakan ide-ide daripada teman saya dalam hal yang benar |  |  |  |  |  |
| 15. | Bila ada teman yang mengalami kesulitan, saya optimis bisa membantu untuk menyelesaikannya. |  |  |  |  |  |
| 16. | Bila saya melihat ketidakberesan di sekitar diri saya saya merasa bahwa berdiam diri itu baik |  |  |  |  |  |
| 17. | Saya merasa optimis bahwa kesuksesan hanya dapat diraih melalui kerjasama |  |  |  |  |  |
| 18. | kepentingan umum adalah lebih utama daripada kepentingan pribadi. |  |  |  |  |  |
| 19. | Bila ada orang yang memiliki pendapat yang saya rasa belum benar, saya akan mendukungnya dan optimis dengan pendapat itu. |  |  |  |  |  |
| 20. | Saya akan yakin pada diri saya tanpa mendapat bantuan dari orang lain. |  |  |  |  |  |
| 21. | Saya merasa optimis bisa meraih kemajuan pribadi meskipun harus mengorbankan orang lain |  |  |  |  |  |
| 22. | Dalam mengerjakan sesuatu, jika saya akan menyelesaikannya sendiri , saya akan meyakini hal itu. |  |  |  |  |  |
| 23. | Ketika mendapatkan masalah, saya merasa optimis bisa mengatasi dan menyelesaikannya sendiri. |  |  |  |  |  |
| 24. | Meskipun tanpa bantuan dari teman, saya merasa bisa maksimal dalam mengerjakan soal ujian sendiri |  |  |  |  |  |
| 25 | Dalam mengambil keputusan, saya merasa tidak membutuhkan pertimbangan dari orang lain |  |  |  |  |  |
| 26 | Menurut saya berdiskusi dengan teman-teman adalah sesuatu yang menyenangkan |  |  |  |  |  |
| 27 | jantung saya berdebar-debar dan saya merasa risih dengan kondisi fisik saya, saat saya harus presentasi di depan kelas |  |  |  |  |  |
| 28 | Saya tidak memiliki kekuatiran sedikitpun dalam dalam menjawab pertanyaan yang diberikan. |  |  |  |  |  |
| 29 | Jantung saya berdebar-debar apabila membayangkan mendapatkan pertanyaan saat diskusi. |  |  |  |  |  |
| 30 | Saya jarang memberikan pendapat ketika diskusi. |  |  |  |  |  |
| 31 | Saya merasa semua hasil pekerjaan saya bernilai benar dan akan mendapatkan hasil yang baik. |  |  |  |  |  |
| 32 | Saya selalu berfikir bahwa saya adalah siswa yang cukup pintar dikelas. |  |  |  |  |  |
| 33 | Saya senang bisa menjawab pertanyaan yang diberikan kepada saya. |  |  |  |  |  |
| 34 | Saya punya memikirkan jawaban atas pertanyaan guru saya tetapi saya takut itu salah. |  |  |  |  |  |
| 35 | Saya merasa saya jauh lebih jelek dari pada teman-teman kelas saya. |  |  |  |  |  |
| 36 | saya yakin teman kelas saya tahu kemampuan saya lebih bagus daripada mereka. |  |  |  |  |  |
| 37 | Saya takut jawaban saya ditertawakan teman-teman. |  |  |  |  |  |
| 38 | Saya lebih suka dikritik dari pada tidak. |  |  |  |  |  |
| 39 | Saya merasa jawaban saya selalu tidak lengkap ketika memberikan lembaran jawaban kepada guru. |  |  |  |  |  |
| 40 | Saya kurang berkonsentrasi ketika memberikan jawaban atas pertanyaan yang ditujukan kepada saya. |  |  |  |  |  |

**LAMPIRAN 4**

**KISI-KISI ANGKET UNTUK SISWA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Peubah** | **Aspek** | **Nomor Item** | |
| **Positif** | **Negatif** |
| Kurang Percaya Diri | 1. Pesimis 2. Mudah Cemas 3. Minder 4. Menarik diri dari lingkungan sosial | 1, 2 , 3, 23, 26, 28, 31  6, 7, 8  11,12,13,14  17,18,19 | 4, 5, 27, 29, 30,  9, 10  15,16,24  20,21,22,25 |

**ANGKET PENELITIAN**

**(Pretes dan postes)**

## Pengantar

Berikut ini terdapat 31 pernyataan, baca dan pahami pernyataan itu kemudian saya diminta untuk menjawab pertanyaan tersebut sesuai dengan jawaban dan kebiasaan saya. Jawaban dari pernyataan itu dapat dikategorikan ke dalam lima skala sebagai berikut:

1-----2-----3-----4-----5

(Sangat sesuai) ( tidak sesuai)

Beri tsaya (V) pada kolom yang saya anggap sesuai dengan pendapat saya.

Keterangan:

Kategori 1= Sangat sesuai

Kategori 2= Sesuai

Kategori 3= Cukup sesuai

Kategori 4= Kurang sesuai

Kategori 5= Tidak sesuai

Jeneponto,....................

Peneliti,

**Muh. Alfian**

**Petunjuk Pengisian**

1. Berikut ini terdapat 31 sejumlah pernyataan yang menggambarkan tingkat pengetahuan saya.
2. Berikan jawaban saya sesuai dengan apa yang sesuai dengan keadaan diri saya.
3. Berilah tsaya cek (V) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan pada bagian kanan.
4. Pilihan jawaban yaitu: (SS) sangat sesuai, (S) sesuai, (CS) cukup sesuai, (KS) kurang sesuai, dan (TS) tidak sesuai.

**Identitas responden:**

Nama responden :

Nis :

Kelas :

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pertanyaan/Pernyataan** | **SS** | **S** | **CS** | **TS** | **STS** |
| 1 | Saya kurang optimis dengan keputusan yang saya ambil |  |  |  |  |  |
| 2 | Saya merasa khawatir dalam mengatasi setiap tantangan saya hadapi |  |  |  |  |  |
| 3 | Saya cukup yakin dengan penampilan diri saya di depan banyak orang |  |  |  |  |  |
| 4 | Saya yakin dengan pekerjaan yang saya lakukan. |  |  |  |  |  |
| 5 | Saya optimis, bahwa disiplin sekolah sangat mengurangi kebebasan saya serta membuat saya frustasi |  |  |  |  |  |
| 6 | Saya optimis bahwa belajar tidak ada penggantinya dengan masa depan saya |  |  |  |  |  |
| 7 | Saya optimis melakukan pekerjaan dengan baik apabila diberi imbalan |  |  |  |  |  |
| 8 | Saya optimis bisa mencapai target prestasi terbaik di sekolah sebagaimana harapan orang tua saya |  |  |  |  |  |
| 9 | kepentingan pribadi adalah hal yang paling utama |  |  |  |  |  |
| 10 | Bila saya mendengar pendapat orang lain, saya merasa bahwa pendapat saya lebih bagus dari mereka dan menganggap bahwa pendapat mereka adalah salah |  |  |  |  |  |
| 11 | Dalam situasi diskusi, saya menganggap bahwa saya selalu lebih banyak menggunakan ide-ide daripada teman saya dalam hal yang benar |  |  |  |  |  |
| 12 | Bila ada teman yang mengalami kesulitan, saya optimis bisa membantu untuk menyelesaikannya. |  |  |  |  |  |
| 13 | Bila saya melihat ketidakberesan di sekitar diri saya saya merasa bahwa berdiam diri itu baik |  |  |  |  |  |
| 14 | Saya merasa optimis bahwa kesuksesan hanya dapat diraih melalui kerjasama |  |  |  |  |  |
| 15 | Bila ada orang yang memiliki pendapat yang saya rasa belum benar, saya akan mendukungnya dan optimis dengan pendapat itu. |  |  |  |  |  |
| 16 | Saya akan yakin pada diri saya tanpa mendapat bantuan dari orang lain. |  |  |  |  |  |
| 17 | Saya merasa optimis bisa meraih kemajuan pribadi meskipun harus mengorbankan orang lain |  |  |  |  |  |
| 18 | Dalam mengerjakan sesuatu, jika saya akan menyelesaikannya sendiri , saya akan meyakini hal itu. |  |  |  |  |  |
| 19 | Dalam mengambil keputusan, saya merasa tidak membutuhkan pertimbangan dari orang lain |  |  |  |  |  |
| 20 | Menurut saya berdiskusi dengan teman-teman adalah sesuatu yang menyenangkan |  |  |  |  |  |
| 21 | jantung saya berdebar-debar dan saya merasa risih dengan kondisi fisik saya, saat saya harus presentasi di depan kelas |  |  |  |  |  |
| 22 | Jantung saya berdebar-debar apabila membayangkan mendapatkan pertanyaan saat diskusi. |  |  |  |  |  |
| 23 | Saya merasa semua hasil pekerjaan saya bernilai benar dan akan mendapatkan hasil yang baik. |  |  |  |  |  |
| 24 | Saya selalu berfikir bahwa saya adalah siswa yang cukup pintar dikelas. |  |  |  |  |  |
| 25 | Saya senang bisa menjawab pertanyaan yang diberikan kepada saya. |  |  |  |  |  |
| 26 | Saya punya memikirkan jawaban atas pertanyaan guru saya tetapi saya takut itu salah. |  |  |  |  |  |
| 27 | Saya merasa saya jauh lebih jelek dari pada teman-teman kelas saya. |  |  |  |  |  |
| 28 | saya yakin teman kelas saya tahu kemampuan saya lebih bagus daripada mereka. |  |  |  |  |  |
| 29 | Saya takut jawaban saya ditertawakan teman-teman. |  |  |  |  |  |
| 30 | Saya merasa jawaban saya selalu tidak lengkap ketika memberikan lembaran jawaban kepada guru. |  |  |  |  |  |
| 31 | Saya kurang berkonsentrasi ketika memberikan jawaban atas pertanyaan yang ditujukan kepada saya. |  |  |  |  |  |