**PEDOMAN OBSERVASI PELAKSANAAN *SELF TALK* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

**DI SMP NEGERI 2 TAMALATEA JENEPONTO**

**Kegiatan : I (Rasionalisasi Treatmen)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| NO | ASPEK YANG DI OBSERVASIKAN  | RESPONDEN/SISWA | JML |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. | Mendengarkan penjelasan peneliti dengan seksama mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 2. | Bertanya menganai kontrak waktu yang akan dilaksanakan selama proses konseling |  | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  | √ |  |
| 3. | Bertanya mengenai langkah-langkah yang akan diberikan selama proses konseling | √ |  |  | √ |  | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| JUMLAH | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |
| PERSENTASE (%) | 66 | 66 | 66 | 100 | 66 | 100 | 100 | 100 | 66 | 100 |  |

Ket : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

**PEDOMAN OBSERVASI PELAKSANAAN *SELF TALK* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

**DI SMP NEGERI 2 TAMALATEA JENEPONTO**

**Kegiatan : II (*Self Talk* I)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| NO | ASPEK YANG DI OBSERVASIKAN  | RESPONDEN/SISWA | JML |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. | Menanyakan seperti apa itu metode *countering* yang akan di laksanakan. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 2. | Aktif dalam proses pelaksanaan konseling | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 3. | Berlatih melakukan *self talk* pada dirinya. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 4. | Berani unjuk diri pada kelompok. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 4. | Berani mengeluarkan pendapat sendiri. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 5. | Mengetahui *self talk* negatif yang ada pada dirinya.  | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 7. | Mampu mengubah *self talk* negatif menjadi *self talk* positif | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 8. | Mengerjakan tugas rumah dari konselor berupa kartu indeks. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| JUMLAH | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |  |
| PRESENTASE % | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |  |

Ket : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

**PEDOMAN OBSERVASI PELAKSANAAN *SELF TALK* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

**DI SMP NEGERI 2 TAMALATEA JENEPONTO**

**Kegiatan : III (*Self Talk* II)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| NO | ASPEK YANG DI OBSERVASIKAN  | RESPONDEN/SISWA | JML |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. | Konseli mencatat di kartu indeks kebiasaan atau perilaku yang muncul ketika konseli sedang tidak percaya diri. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 2. | Mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan dari konselor. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 3. | Gugup dalam menjawab pertanyaan. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 4. | Memahami tujuan *counters*. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 5. | Mampu mengubah sesuatu yang tidak kompatibel dengan pikirannya. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 7. | Mampu mengembangkan *counters*. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 8. | Berani tampil di depan kelas. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 9. | Mengubah *self talk* negatif menjadi *self talk* positif. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| JUMLAH | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 |  |
| PRESENTASE % | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |  |

Ket : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

**PEDOMAN OBSERVASI PELAKSANAAN *SELF TALK* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

**DI SMP NEGERI 2 TAMALATEA JENEPONTO**

**Kegiatan : IV (*Self Talk* III)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| NO | ASPEK YANG DI OBSERVASIKAN  | RESPONDEN/SISWA | JML |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. | Mampu mengubah *self talk* negatif menjadi *self talk* positif | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 2. | Mampu menemukan perubahan kebiasaan-kebiasaan positif yang terjadi pada dirinya. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 3. | Mengevaluasi teknik *self talk* yang diberikan. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 4. | Menerapkan secara terus menerus *self talk* positif pada dirinya.  | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 5. | Konseli menyadari *self talk* awal mulai menjadi realitas dalam kehidupannya dan percaya bahwa keyakinannya benar adanya. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 6. | Berani tampil di depan umum. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| JUMLAH | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |  |
| PRESENTASE % | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |  |

Ket : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul1

**PEDOMAN OBSERVASI PELAKSANAAN *SELF TALK* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

**DI SMP NEGERI 2 TAMALATEA JENEPONTO**

**KEGIATAN : V (*Self Talk* IV)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| NO | ASPEK YANG DI OBSERVASIKAN  | RESPONDEN/SISWA | JML |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 1. | Mampu menceritakan perasaan konseli selama mengikuti proses konseling. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 2. | Menceritakan perkembangan yang terjadi pada dirinya. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 3. | Menyampai kesan dan pesan selama mengikuti proses konseling. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| 4. | Menceritakan pengalaman selama mengikuti proses konseling. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ |  |
| JUMLAH | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |  |
| PRESENTASE % | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |  |

Ket : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul