

**PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN  
METODE *MIND MAPPING* UNTUK MENINGKATKAN  
PEMAHAMAN DIRI SISWA KELAS VIIC SMP DARUSSALAM  
BAURENO BOJONEGORO**

**ARTIKEL**



**UNESA**  
**Universitas Negeri Surabaya**

**Oleh :**

**Ahmad kuseni**

**NIM. 10010014213**

**Dra. Titin Indah Pratiwi, M.Pd.**

**NIP. 19631111 198803 2 001**

**UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**2014**

---

**PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN METODE *MIND MAPPING* UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN DIRI SISWA KELAS VIII C SMP DARUSSALAM BAURENO BOJONEGORO**

***THE APPLICATION OF GROUP GUIDANCE SERVICES WITH MIND MAPPING METHOD TO IMPROVE STUDENTS SELF UNDERSTANDING CLASS VIII C JUNIOR HIGH SCHOOL DARUSSALAM BAURENO BOJONEGORO***

**AHMAD KUSENI  
10010014213**

Bimbingan dan konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [kuseniahmad@yahoo.co.id](mailto:kuseniahmad@yahoo.co.id)

**Dra. Titin indah pratiwi, M.Pd.  
NIP.19631111 198803 2 001**

Bimbingan dan konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji penerapan layanan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* yang digunakan untuk meningkatkan pemahaman diri pada siswa kelas VIII C SMP Darussalam Baureno, sehingga siswa dapat meningkatkan pemahaman dirinya, dan mencapai perubahan positif untuk menjadi orang yang lebih baik melalui metode yang efektif yaitu *mind mapping*. Penelitian ini menggunakan rancangan *pre experimental design* dengan *One Group pre-test pos-test Design*. Metode pengumpul data yang digunakan berupa angket tertutup. Subyek penelitian diambil 8 siswa kelas VIII C SMP Darussalam Baureno Bojonegoro yang memiliki pemahaman diri rendah. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji tanda. Dari analisis uji tanda diperoleh 8 tanda yang menunjukkan tanda positif (+) maka N (banyaknya tanda yang menunjukkan adanya perbedaan) adalah 8 dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) adalah 0, kemudian dikonsultasikan pada tabel tes binominal dengan ketentuan  $N = 8$  dan  $x = 0$ , maka di peroleh  $p = 0,004$  jika taraf kesalahan 5% adalah 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa harga  $0,04 < 0,05$  hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dan positif antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan. perbedaan antara mean *pre-test* yaitu 142 dan *post-test* 178,125 menunjukkan selisih peningkatan 36,125 sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu penerapan layanan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* dapat meningkatkan pemahaman diri siswa kelas VIII C SMP Darussalam Baureno Bojonegoro Yang dibuktikan dengan adanya perbedaan skor positif dan signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping*.

Kata kunci: Bimbingan kelompok, Metode *mind mapping*, Pemahaman diri

**ABSTRACT**

*This study aimed to test the application of group guidance service with mind mapping method to improve students self understanding class VIII C junior high school Darussalam Baureno, so that the students can improve their self understanding, and realize the positive change to become a better person through an effective method that was mind mapping. The study used the design of pre experimental design with pre test and post test one group design. The data collection method used in the form of a closed questionnaires. The study subjects were taken from the students of class VIII C Junior High School Darussalam Baureno that have low of self understanding. Data analysis technique used was the sign test. From the sign test analysis, it had 8 sign that showed positive (+) so N (number of pairs that showed the difference) is 8 and x (numbers of sign that fewer) is 0. and then it was consulted with the binominal test table with the provisions of  $N = 8$  and  $x = 0$ , so the obtained  $p = 0,004$ . If using the standart error 5 % is 0,05. So can be concluded that the price of  $0,004 < 0,05$ , shown that it was proven a significant difference and positive between before and after given the treatment, a difference between mean pre-test that 142 and post-test 178,125 shown increase 36,125. So  $H_0$  was rejected and  $H_a$  accepted that application of group guidance with mind mapping method improved the self understanding of student class VIII C junior high school Darussalam Baureno. It was proven a difference of positive score and significant between before and after given group guidance with mind mapping method.*

Keyword: group guidance, mind mapping method, and self understanding.

## PENDAHULUAN

Sebagaimana dengan generasi tua akan digantikan generasi muda, remaja merupakan bagian dari generasi muda yang menjadi tonggak sebagai individu yang bermakna pada hari kemudian. Menurut Hurlock (1980: 207-209) masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan sepanjang rentang kehidupan manusia yang dikenal dengan ciri-ciri masa peralihan, usia bermasalah, periode perubahan, pencarian identitas, masa yang menimbulkan ketakutan, tidak realistis, ambang masa dewasa yang penuh masalah, tantangan dan harapan.

Hurlock (1980:208) mengatakan bahwa remaja merupakan saat pencarian identitas diri. Hal yang mendasar dari identitas diri adalah pemahaman diri. Pemahaman diri merupakan aspek yang sangat penting untuk diketahui oleh individu usia remaja dalam membantu pembentukan identitas diri remaja dan mencapai kematangan karir. Seperti yang dikemukakan oleh Damon dan Hart (dalam Santrok, 2003), walaupun tidak membentuk identitas pribadi secara utuh, pemahaman diri memberikan dasar identitas diri yang rasional Hamacheck (2000:231-234) menjelaskan bahwa: *Ways to acquire self understanding : insights by comparing self with others; insight through three introspective modes; insight from observing one's own behavior*. Cara untuk memperoleh pemahaman diri adalah dengan membandingkan diri dengan orang lain; pemahaman melalui tiga model introspeksi; pemahaman dengan mengamati perilaku diri kita sendiri

Pemahaman akan diri seseorang sangatlah mutlak untuk diketahui. Oleh karena itu semua orang harus mengerti tentang dirinya. Baik secara internal maupun secara eksternal. 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

Namun banyak remaja saat ini yang kurang begitu memahami diri mereka dan tidak tahu siapa diri mereka. Sehingga membuat mereka merasa bingung dan mudah mengikuti teman-temannya. Hal ini membuat mereka mudah terjerumus kedalam permasalahan-permasalahan yang dapat merugikan diri mereka.

Berdasarkan informasi yang didapat dari wawancara Guru BK disekolah pada tanggal 10 Desember 2013, peneliti mendapatkan data bahwa menurut hasil observasi yang telah dilakukan oleh Ibu Indah Fitriana S.Pd. di SMP Darussalam Baureno, diamati bahwa lebih dari 30 % siswa masih kurang memahami dirinya terutama di kelas VIIIC yang menunjukkan tanda-tanda yang lebih menonjol dari kelas lainnya yaitu siswa sering mengeluh, bingung dengan kemampuannya, tidak mengetahui kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, belum memiliki tujuan hidup atau cita-cita serta bingung jika ditanya tentang siapa diri mereka dan ikut-ikutan atau membebek teman dalam mengikuti kegiatan dan pengambilan keputusan. Hal ini terjadi karena siswa belum bisa memahami dirinya dengan baik, kurangnya pengetahuan dan

kesulitan tentang bagaimana cara untuk dapat memahami diri dengan baik, proses pemahaman diri dengan pencatatan linier yang telah dilakukan oleh sekolah kurang begitu optimal.

Menurut Wingkel (1991: 1) mengatakan bahwa “bimbingan adalah proses membantu individu dengan individu yang lain dalam memahami dirinya dan lingkungannya”. Dalam bimbingan konseling terdapat berbagai layanan, salah satu layanan yang direkomendasikan efektif untuk membantu siswa memahami diri adalah bimbingan dalam bentuk kelompok atau disebut juga “bimbingan kelompok”.

agar dinamika kelompok yang berlangsung dalam kelompok tersebut dapat berjalan secara efektif dan efisien bagi pembinaan para anggota kelompok, jumlah anggota sebuah kelompok berkisar antara 8 sampai 10 orang. Didalam bimbingan kelompok siswa dapat membahas topik pemahaman diri, berdiskusi bersama-sama dan melakukan aktifitas yang mendukung pemahaman diri. Penggunaan metode yang lebih efektif dalam bimbingan kelompok sangat diperlukan. Dan dalam hal ini metode *mind mapping* menjadi pilihan dalam layanan karena mempertimbangkan latar belakang sifat siswa yaitu menyukai hal-hal baru dan menarik serta penggunaannya yang mudah dan efisien.

*Mind mapping* pertama kali diperkenalkan oleh Tony Buzan pada awal tahun 1970-an, yaitu alat yang paling hebat yang membantu otak dalam berfikir secara teratur dan sederhana (Tony Buzan: 2004: 4) yang dapat digunakan untuk merumuskan informasi yang kreatif, efektif dan secara harfiah akan memetakan pikiran-pikiran kita.

Idenya adalah dengan metode *mind mapping* dapat dihasilkan catatan-catatan yang memberikan banyak informasi diri dalam satu halaman. Sehingga dengan metode *mind mapping* daftar informasi yang panjang, menjemukan dan abstrak bisa dialihkan menjadi petakan atau diagram yang berwarna warni, sangat teratur dan mudah diingat yang selaras dengan cara kerja alami otak yang akan memudahkan siswa dalam memahami dan mendapatkan gambaran diri secara keseluruhan, kreatif, mudah tak terbatas dan menyenangkan. Sehingga setelah melakukan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* ini diharapkan siswa dapat meningkatkan pemahaman diri secara positif.

## KAJIAN PUSTAKA

### Pengertian pemahaman diri

Menurut Santrok (2007), pemahaman diri (*Self-Understanding*) adalah gambaran kognitif remaja mengenai dirinya, dasar dan isi dari konsep diri remaja. Sehingga pemahaman diri sangat mempengaruhi konsep diri seorang remaja. Kartini Kartono (1990: 132) pengertian pemahaman diri adalah pemahaman tentang seluruh kepribadian yang bulat dari masing-masing individu.

### Bimbingan kelompok

Menurut Winkel (dalam Nursalim. 2002: 53) mengatakan bahwa “bimbingan kelompok adalah

pelayanan bimbingan yang diberikan kepada lebih dari satu orang pada waktu yang bersamaan”. Sedangkan bimbingan kelompok menurut Sukardi (2008) adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh hasil bahan dari nara sumber tertentu (terutama dari pembimbing/konselor) atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan atau topik tertentu yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta sebagai pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

### **Mind mapping**

Buzan (2004), *mind map* adalah cara termudah untuk memasukkan informasi ke dalam otak dan mengambil informasi dari otak. *Mind map* juga merupakan peta rute hebat bagi ingatan, memungkinkan kita menyusun fakta dan pikiran sedemikian rupa sehingga cara kerja alami otak dilibatkan sejak awal.

Bobbi de Porter dan Hernacki (2011: 152) *mind mapping* merupakan teknik pendekatan keseluruhan otak dengan menggunakan citra visual dan perangkat grafis lainnya, untuk membentuk suatu kesan yang lebih mendalam.

Windura (2008: 113-115) *mind map* sangat baik untuk kegiatan introspeksi diri baik bagi anak maupun orang dewasa. Sehingga, *mind map* juga sangat ampuh untuk mengevaluasi diri sendiri, termasuk anda. Dengan *mind map*, akan lebih obyektif dalam mengemukakan fakta-fakta mengenai diri, mendapatkan gambaran menyeluruh mengenai dirinya sendiri secara utuh, serta mampu merencanakan suatu perubahan positif yang akan dilakukan dimasa mendatang untuk menjadi orang yang lebih baik lagi. *Mind mapping* mempunyai kegunaan yang beraneka ragam, tidak hanya untuk pelajaran namun juga untuk kegiatan perencanaan, analisis, dan kegiatan olah pikir lainnya. Ini tidak lain karena *mind mapping* adalah pencerminan dari apa yang terjadi didalam otak kita saat berfikir. Cara kerjanya sudah sesuai dengan cara kerja alami otak.

### **METODE**

Berdasarkan permasalahan penelitian yang berjudul “Penerapan Bimbingan kelompok dengan metode *Mind mapping* untuk meningkatkan pemahaman diri siswa kelas VIII C SMP Darussalam Baureno” maka penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan rancangan *Pre-eksperimental* yang cocok digunakan untuk penelitian kuantitatif dibidang sosial khususnya dibidang bimbingan dan konseling. Dengan metode *Pre-tes* dan *Post-Test One Group Design*, yaitu eksperimen yang dilakukan pada suatu kelompok saja tanpa kelompok pembanding (Arikunto, 2000: 279).

Dalam desain ini, pengukuran menggunakan angket sebagai alat pengumpul data dilakukan dalam satu kelompok subyek sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Pertama dilakukan pengukuran

(*Pre-test*) dengan menggunakan angket pemahaman diri lalu diberikan perlakuan dalam jangka waktu tertentu yaitu bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* kemudian dilakukan pengukuran kembali (*Post-test*) dengan angket pemahaman diri

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Data Hasil Pre-test**

subyek penelitian adalah siswa kelas VIII C SMP Darussalam Baureno Bojonegoro yang memiliki pemahaman diri rendah. Untuk menentukan subyek penelitian tersebut, dilakukan pengukuran terhadap pemahaman diri siswa melalui angket pemahaman diri pada 36 siswa kelas VIII C. Kemudian hasil pengukuran dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Kategori tersebut diperoleh melalui perhitungan Mean dan Standart Deviasi (SD). Adapun cara perhitungannya adalah :

$$\begin{aligned} \text{a) Golongan tinggi} &= (\text{Mean skor} + 1\text{SD}) \text{ ke atas} \\ &= (172,19 + 21,33) \text{ ke atas} \\ &= 193,52 \text{ ke atas} \end{aligned}$$

Jadi, skor 193,52 keatas termasuk kategori siswa yang memiliki pemahaman diri tinggi.

$$\begin{aligned} \text{b) Golongan sedang} &= (\text{Mean} - 1\text{SD}) \text{ Sampai } (\text{Mean} + 1\text{SD}) \\ &= (172,19 - 21,23) \text{ sampai } (172,19 + 21,33) \\ &= 150,86 - 193,52 \end{aligned}$$

Jadi, skor 150,86 sampai 193,52 termasuk siswa yang memiliki kategori pemahaman diri sedang.

$$\begin{aligned} \text{c) Golongan rendah} &= (\text{Mean} - 1\text{SD}) \text{ Kebawah} \\ &= (172,19 - 21,33) \text{ kebawah} \\ &= 150,86 \text{ kebawah} \end{aligned}$$

Jadi, skor 150,86 kebawah termasuk kategori siswa yang memiliki pemahaman diri rendah yang akan dijadikan sebagai subyek penelitian.

Berdasarkan hasil perhitungan kategori tersebut diperoleh data hasil *Pre-Test* yang dilakukan pada 36 siswa di kelas VIII C. Dan diketahui terdapat 8 siswa memiliki skor pemahaman diri rendah sbb:

**Tabel Hasil angket *Pre-test* pemahaman diri subyek penelitian**

No	Subyek (Samaran)	Skor	Keterangan
1	Apel	149	Rendah
2	Mangga	136	Rendah
3	Durian	142	Rendah
4	Manggis	146	Rendah
5	Jeruk	143	Rendah
6	Stroberi	141	Rendah
7	Buah naga	149	Rendah
8	Jambu	130	Rendah
Rata-rata		142	

### **Analisis Hasil Penelitian**

Analisis yang digunakan adalah analisis statistik *nonparametrik* dengan menggunakan rumus uji tanda. Uji tanda ini digunakan untuk mengetahui perbedaan hasil *Pre-Test* dan hasil *Post-Test* pada tingkat skor pemahaman diri siswa setelah diberikan perlakuan. Adapun hasil analisis antara skor pemahaman diri sebelum dan sesudah perlakuan sebagai berikut:

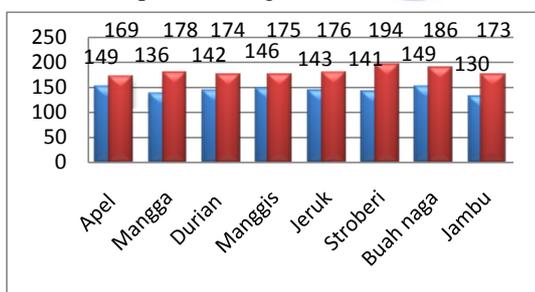
**Tabel Analisis Uji Tanda Skor Pre-Test Dan Post-Test**

No	Subyek	Pre-Test (Xb)	Post-Test (Xa)	Arah perbedaan	Tanda	Ket
1	Apel	149	169	$X_B < X_A$	+	Meningkat
2	Mangga	136	178	$X_B < X_A$	+	Meningkat
3	Durian	142	174	$X_B < X_A$	+	Meningkat
4	Manggis	146	175	$X_B < X_A$	+	Meningkat
5	Jeruk	143	176	$X_B < X_A$	+	Meningkat
6	Stroberi	141	194	$X_B < X_A$	+	Meningkat
7	B.naga	149	186	$X_B < X_A$	+	Meningkat
8	Jambu	130	173	$X_B < X_A$	+	Meningkat
Rata-rata		142	178,125			

Berdasarkan tabel tersebut terlihat tanda (+) sebanyak 8 dan (-) sebanyak 0 dimana  $N = 8$  (banyaknya pasangan yang menunjukkan adanya perbedaan) dan  $x$  (banyaknya tanda yang lebih sedikit atau tanda (-)) berjumlah 0. Berdasarkan tabel tes binominal dengan  $N = 8$  dan  $x = 0$  ( $z$ ), maka diperoleh  $p = 0$  (tanda yang lebih kecil) maka diperoleh  $p$  tabel = 0,004. Bila taraf kesalahan ( $\alpha$ ) sebesar 5% (0,05), maka harga 0,004 ternyata lebih kecil dari 0,05 atau ( $0,004 < 0,05$ ) berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu setelah diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* terdapat perbedaan dan kenaikan yang signifikan pada skor *Pre-Test* dan *Post-Test* pemahaman diri siswa.

Berdasarkan analisis di atas, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “Pemberian strategi *assertive training* dapat mereduksi perilaku konformitas pada siswa kelas XI IPS 4 SMA Negeri 3 Lamongan” dapat diterima.

perbedaan skor *Pre-Test* dan *Post-Test* dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



**Gambar Diagram 4.3**  
**Data Hasil Pre-Test dan Post-Test**

Berdasarkan grafik diatas dapat dilihat adanya perbedaan grafik hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*, yang menunjukkan skor hasil *Post-Test* ditandai dengan warna merah (termasuk dalam kategori sedang dan tinggi) yang lebih tinggi dari hasil *Pre-Test* ditandai dengan warna biru (termasuk dalam kategori rendah) yang

menunjukkan peningkatan skor pemahaman diri antara sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping*.

**Analisis Individual**

**a) Subyek Apel**

Melalui *mind mapping* Apel dapat menganalisis dan mengetahui aspek-aspek tentang dirinya, ia merasa lebih mudah dalam merumuskan pemahaman tentang dirinya, lebih menyenangkan dan hasilnya pun menarik untuk diungkapkan didepan teman-temannya. Apel mengetahui hal positif dan negatif yang ia miliki dan mengetahui apa yang harus ia lakukan, keputusan apa yang harus ia pilih baik dalam ekstrakurikuler, mata pelajaran dan dalam hal-hal yang digunakan untuk mengembangkan diri untuk menjadi anak yang lebih baik tanpa merasa malu dan tertutup.

Berdasarkan hasil skor angket, subyek Apel mengalami peningkatan skor pemahaman diri yaitu 149 pada saat *pre-test* dan 169 pada saat *post-test*.

**b) Subyek Mangga**

Melalui *mind mapping* Mangga dapat menguraikan pemahaman dirinya dengan lebih obyektif dan terperinci, mudah dan bebas, sehingga dari perumusan diri ini ia mengetahui dan menyadari bahwa selain memiliki keterbatasan fisik, mangga memiliki kelebihan yaitu suka dan handal dalam permainan dan kerja tim, ia mengetahui bahwa dirinya memiliki kelebihan yang disukai teman-temannya. Sehingga mangga mengetahui hal-hal positif dalam dirinya yang dapat dikembangkan. Dan tidak harus selalu merasa memiliki keterbatasan.

Berdasarkan hasil angket pemahaman diri, subyek mangga mengalami peningkatan pemahaman diri 42 poin yaitu 136 pada saat *pre-test* dan 178 pada saat *post-test*

**c) Subyek Durian**

Dengan *mind mapping* Durian dapat menyebutkan satu persatu hal-hal tentang dirinya, lebih obyektif, terperinci dan bebas sehingga ia lebih mudah dalam mengingat, menilai dan menganalisis hal-hal mengenai dirinya, menjadikannya dapat melihat gambaran utuh hal-hal mengenai dirinya yang saling terkait dan menjadikannya mudah dalam menjawab siapa dirinya.

Dari hasil angket subyek Durian mengalami peningkatan 30 poin yaitu 142 saat *pre-test* dan 172 saat *post-test*.

**d) Subyek Manggis**

Dari uraian diatas dapat dianalisis bahwa subyek Manggis mampu menjelaskan dirinya melalui *mind mapping*, namun rincian yang dihasilkan kurang optimal hal ini disebabkan Manggis kurang suka menggambar, manggis membutuhkan waktu yang lebih lama dalam hal gambar. Walaupun begitu manggis merasa lebih mudah dalam menganalisis dirinya karena melalui kegiatan bimbingan kelompok

dengan metode *mind mapping* ini ia mendapatkan banyak informasi mengenai dirinya yang didapatkan dari keterbukaan, imajinasi diri sendiri maupun penilaian orang lain, ia mengetahui kelebihan, kekurangan, dan potensi yang sebelumnya tidak ia ketahui.

Berdasarkan hasil angket pemahaman diri, subyek Manggis mengalami peningkatan pemahaman diri 29 poin. Yaitu dari 146 pada saat *pre-test* menjadi 175 pada *post-test*

#### e) Subyek Jeruk

Dengan *mind mapping* subyek jeruk dapat menganalisis dan mengenali diri berdasarkan aspek-aspek diri dengan lebih cepat. Subyek jeruk juga lebih mudah mengingat informasi-informasi mengenai dirinya yang diduplikasinya melalui proses bimbingan, subyek jeruk lebih mudah dalam menjelaskan serta mengungkapkan dirinya didepan teman-temannya sesuai dengan alur *mind mapping* yang dibuatnya. Hal ini membuatnya lebih memahami diri dan mengingat tentang dirinya sehingga memudahkannya dalam mengambil keputusan dalam pemilihan kegiatan, pemilihan karir dan melakukan hal-hal yang dapat membuatnya lebih baik.

berdasarkan hasil angket pemahaman diri, subyek Jeruk mengalami peningkatan 33 poin yaitu dari 143 saat *pre-test* menjadi 176 pada saat *post-test*

#### f) Subyek Stroberi

Melalui *mind mapping* subyek Stroberi dapat mengetahui aspek-aspek mengenai dirinya dengan cara yang lebih menarik. Subyek Stroberi dapat mengorganisir dan memperinci hal-hal mengenai dirinya baik informasi yang ia ketahui maupun penilaian dari orang lain yang digunakan untuk mengintrospeksi diri. Subyek stroberi lebih bersemangat dalam membuat *mind mapping* pemahaman diri ini, sebab ia dapat mengetahui banyak hal yang belum ia ketahui dari dirinya sendiri maupun orang lain. Sehingga ia dapat menjelaskan hal-hal mengenai dirinya serta mengambil keputusan sesuai dirinya tanpa membebek pada orang lain.

Berdasarkan angket pemahaman diri, subyek stroberi mengalami peningkatan 53 poin yaitu dari 141 pada saat *pre-test* menjadi 194 pada saat *post-test*

#### g) Subyek Buah naga

Dengan metode *mind mapping* subyek Buah naga lebih tertarik dalam membuat gambaran dirinya, menggambar adalah salah satu hal yang ia sukai, dengan gambar ia dapat mengungkapkan dirinya secara lancar, luas, bebas dan lebih baik dari pada dengan catatan. sehingga proses penyerapan informasi, analisis, evaluasi dan introspeksi dirinya dapat berjalan lebih optimal.

Berdasarkan angket pemahaman diri, subyek Buah naga mengalami peningkatan 37 poin yaitu dari skor 149 pada *pre-test* menjadi 186 pada *post-test*

#### h) Subyek Jambu

Melalui *mind mapping* subyek Jambu dapat menjelaskan dirinya secara lebih lengkap dan terperinci, Ia dapat merangkum gambaran mengenai dirinya melalui kata-kata kunci yang memiliki makna yang luas namun masih dapat dijelaskan atau diperinci lagi, sehingga subyek merasa lebih praktis dan lebih senang dengan metode yang baru yang belum ia coba sebelumnya karena ia termasuk anak yang gampang bosan. Dan dengan *mind mapping* Jambu dapat dengan mudah menjelaskan dan mengulas tentang dirinya didepan teman-temannya.

Berdasarkan angket pemahaman diri, subyek Jambu mengalami peningkatan 43 poin yaitu dari skor 130 pada saat *pre-test* menjadi 173 pada saat *post-test*

#### Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah dilakukan pengolahan dan analisis data *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji tanda (*SignTest*), diperoleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa adanya arah perubahan yang positif dan signifikan. Yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor pemahaman diri dari *pre-test* dengan rata-rata 142 ke *post-test* dengan rata-rata 178,125. Dan diketahui bahwa  $N = 8$  dengan  $x$  berjumlah 0, kemudian dikonsultasikan ke tabel tes binominal dengan  $N = 8$  dan  $x = 0$  ( $z$ ), maka diperoleh  $p$  tabel = 0,004. Bila taraf kesalahan ( $\alpha$ ) sebesar 5 % (0,05), maka harga 0,004 lebih kecil dari 0,005 atau ( $0,004 < 0,05$ ) berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian perlakuan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* dapat meningkatkan skor pemahaman diri siswa kelas VIII C SMP Darussalam Baureno Bojonegoro. Bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan pemahaman diri siswa kelas VIII C, melalui keterbukaan antar anggota kelompok, kebersamaan, saling menilai dan bersama-sama memperoleh dan memberikan informasi materi bimbingan yang dapat digunakan untuk memahami diri.

beberapa materi layanan bimbingan kelompok yang dijelaskan oleh Suradi meliputi pengenalan sikap dan kebiasaan, bakat, minat dan cita-cita serta penyalurannya, pengenalan kelemahan diri dan penanggulangannya, kekuatan diri dan pengembangannya. Beberapa materi ini merupakan aspek-aspek dari pemahaman diri siswa. Selain itu, penggunaan metode-metode baru seperti halnya *mind mapping* dalam bimbingan kelompok dapat menarik minat siswa. hal ini sesuai dengan sifat siswa yang cenderung ingin tahu dan menyukai hal-hal baru.

*mind mapping* dalam bimbingan kelompok dapat memudahkan siswa dalam mengungkapkan fakta-fakta mengenai dirinya. Sesuai dengan penjelasan Windura bahwa *mind mapping* sangat baik untuk kegiatan introspeksi diri baik bagi anak maupun orang dewasa. Sehingga, *mind mapping* yang digunakan dalam bimbingan kelompok sangat efektif untuk mengevaluasi diri sendiri, lebih obyektif dalam mengemukakan fakta-fakta mengenai diri, mendapatkan

gambaran menyeluruh mengenai diri sendiri secara utuh, serta mampu memahami diri dan merencanakan suatu perubahan positif yang akan dilakukan dimasa mendatang untuk menjadi orang yang lebih baik lagi. Oleh sebab itu pemahaman diri dapat meningkat melalui bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping*.

Metode *mind mapping* memberikan kemudahan untuk mengorganisir, memetakan dan merangkum informasi sehingga memudahkan siswa dalam mengingat, menjelaskan dan memperoleh gambaran dirinya yang lebih utuh serta menjelaskannya kembali pada orang lain.

Dengan demikian setelah melakukan perlakuan bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan pada peningkatan pemahaman diri siswa VIII C SMP Darussalam Baureno Bojonegoro.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diketahui bahwa N= 8 (banyaknya pasangan yang menunjukkan adanya perbedaan) dan x berjumlah 0 dengan taraf kesalahan ( $\alpha$ ) sebesar 5% adalah 0,05 yang dikonsultasikan dengan tabel tes binominal hingga diperoleh  $p = 0,004$  dan harga 0,004 lebih kecil dari 0,05 ( $0,004 < 0,05$ ) berdasarkan hasil tersebut maka disimpulkan bahwa ada perbedaan skor positif dan signifikan pada pemahaman diri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan bimbingan kelompok metode *mind mapping*, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan metode *mind mapping* dapat meningkatkan pemahaman diri siswa.

### Saran

Berdasarkan simpulan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

Dapat digunakan sebagai bahan masukan, metode dan acuan yang lebih inovatif bagi pelaksanaan bimbingan dan konseling khususnya dalam meningkatkan pemahaman diri siswa dengan *mind mapping*.

Bagi peneliti lain, Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain: penggunaan metode pengumpulan data terbatas pada penggunaan angket dan observasi, keterbatasan waktu dan pemberian perlakuan bimbingan kelompok yang hanya dilakukan 8 kali pertemuan, kemampuan atau perlakuan pada subyek yang tidak suka menggambar menjadikan subyek mengalami beberapa kesulitan, agar penelitian lebih maksimal diharapkan peneliti lain bisa menambah metode pengumpulan data, menjadikan perlakuan lebih intensif, memperhatikan indikator yang belum terjangkau dalam penelitian agar hasil yang didapat lebih maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Buzan, Tony. 2004. *How to Mind Map: Mind Map untuk Meningkatkan Kreativitas*. Jakarta: Gramedia.

Deporter, Bobbi dan Mike Hernacki. 2011. *Quantum Learning, Membiasakan Belajar Nyaman dan Menyenangkan*. Bandung: Kaifa.

Gibson, Robert L dan Mrianne H Mitchell. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. cetakan pertama. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hamacheck, Don. 2000. Dynamics of self-understanding and self-knowledge: Acquisition, Advantages, and Relation to emotional intelligence. *Journal of humanistic counseling, Proquest Education Journal*. (Online). Vol 36. <http://search.proquest.com/socialsciences/docview/212450367/fulltextPDF/6BF41C842D754A44PQ/13?accountid=139588>, Diunduh tanggal 24 februari 2014 jam 16:09.

Hurlock, E B. 1980. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. edisi kelima. Jakarta: Erlangga.

Nursalim, Moch dan Suradi SA. 2002. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: Unipress.

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia.

Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang.

Santrock, JW. 2003. *Adolescence, Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling Disekolah*. Jakarta: Rineka cipta.

Windura, Sutanto. 2008. *Mind Map Langkah Demi Langkah*. Jakarta: Gramedia.

Wingkel. WS. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.