

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penerimaan *Body Shaming*

1. Konsep *Body Shaming*

Body shaming merupakan perilaku memberikan komentar dan mengkritik seseorang terhadap penampilan tubuh, baik diri sendiri, maupun orang lain. Tindakan ini sering kali tidak disadari oleh anak-anak masa kini, sehingga menjadi hal yang umum di kalangan remaja. *Body shaming* ialah istilah yang digunakan untuk menyindir atau mengejek seseorang yang memiliki penampilan yang berbeda dari standar masyarakat pada umumnya. Contoh perilaku *body shaming* termasuk menyebut seseorang dengan julukan “gendut”, “pesek”, “cungkring”, dan lain sebagainya yang terkait dengan penampilan fisik.⁹ Dengan demikian, *body shaming* adalah pernyataan yang merendahkan seseorang berdasarkan penampilannya.

Body shaming atau mengomentari kurang fisik orang lain tanpa disadari sering dilakukan orang-orang meski bukan kontak fisik yang sangat merugikan. Namun perilaku *body shaming* sudah termasuk jenis

⁹ Fandi Rosi Sarwo Edi, “Asesmen Dan Intervensi Psikososial *Body shaming*” (Yogyakarta: jejak pustaka, 2021) 60.

perundugan verbal, perilaku *body shaming* dapat menjadikan seseorang merasa tidak nyaman terhadap penampilan fisiknya dan menutup diri terhadap lingkungan.¹⁰

Menurut beberapa ahli menyatakan, *body shaming* merupakan kritik publik atau penilaian orang yang memiliki berat badan berlebihan atau kurang gemuk. *Body shaming* adalah perilaku negatif yang tidak pantas terhadap penampilan seseorang yang memiliki tubuh yang tidak ideal.¹¹ Jadi *body shaming* dapat didefinisikan sebagai perilaku dan komentar yang tidak pantas terhadap penampilan seseorang terutama berat badan.

Body shaming merupakan tindakan yang membuat seseorang merasa dipermalukan atau dihakimi seseorang karena kondisi fisik tubuhnya, seperti ukuran, bentuk, warna kulit, atau ciri fisik lainnya.¹² Oleh karena itu, *body shaming* adalah tindakan merendahkan atau menilai seseorang karena penampilan atau kondisi fisiknya yang dianggap tidak sesuai dengan standar tubuh yang ideal. Perilaku *body shaming* muncul dalam bentuk komentar, gestur tubuh, candaan, atau perbandingan, dan

¹⁰ Kasmanto Rinaldi, "*Dinamik Kejahatan dan Pencegahannya* (ahlimedia book, 2022),133.

¹¹ Karyanti dan Aminudin, "*Cyberbullying & Body shaming* " (Yogyakarta, 2019) hal 82.

¹² Isdawati dan Ahmadin, Jurnal pendidikan, sosial dan Humaniora, "*Body shaming* 4, no 4 (2025)"

sering kali menimbulkan tekanan sosial yang membuat individu merasa tidak puas terhadap tubuhnya sendiri.

2. Bentuk-Bentuk *Body Shaming*

Menurut beberapa para ahli menyatakan ada beberapa bentuk-bentuk *body shaming* yaitu sebagai berikut:

a. *Cyberbullying*

Body shaming dapat terjadi melalui media sosial, komentar negatif dan dapat menyebar dengan cepat.

b. *Fatty Shaming*

Fatty shaming adalah komentar terhadap atau kritik yang ditujukan pada seseorang karena memiliki tubuh gemuk atau kelebihan berat badan.

c. *Skinny Shaming*

Bentuk ini merupakan kebalikan dari *fatty shaming*, namun tetap memiliki dampak atau efek negatif yang serupa. *Skinny shaming*

sering ditujukan kepada perempuan, misalnya mempermalukan individu yang memiliki tubuh kurus atau sangat kurus.

d. *Dismorfia* Tubuh

Dismorfia merupakan bentuk *body shaming* yang dapat membuat individu menjadi khawatir dengan kekurangan yang ada pada tubuhnya.¹³

e. Rambut Tumbuh

Bentuk *body shaming* dengan menghina seseorang yang dianggap memiliki rambut-rambut berlebih di tubuhnya, baik karena sedikit atau karena tumbuh begitu berlebihan.

f. Warna Kulit

Bentuk *body shaming* ini terjadi ketika seseorang dikritik atau diberi komentar negatif terkait warna kulitnya, misalnya dipanggil “blecky” karena kulitnya gelap atau jika kulitnya terlalu putih. Bentuk *body shaming* ini melibatkan penghinaan warna kulit, misalnya julukan *blacky* bagi yang berkulit gelap, dan “albino” bagi yang berkulit pucat berlebihan.

g. Ucapan

Body shaming dalam bentuk ini yaitu berupa komentar negatif terhadap bentuk tubuh seseorang yang paling menonjol dan dinilai tidak memenuhi standar tubuh ideal.¹⁴

¹³ Elvia malbeni dkk, “*Body shaming* :Konsep dan Penerapan” (Malang, Future Science, 2024), 147-148.

¹⁴ Nia Fadhila, Wahidah Fitriani, and Putri Yeni, “Dampak *Body shaming* Terhadap Kepercayaan Diri,” *jurnal bimbingan dan konseling* 18, no. 1 (2023): 34.

3. Ciri-Ciri *Body Shaming*

Ciri-ciri *body shaming* mencakup berbagai bentuk komentar verbal yang merendahkan seseorang secara tidak sadar dilakukan terhadap penampilan fisik. Adapun beberapa ciri-ciri dari *body shaming* yaitu sebagai berikut:

- a. Mengkritik penampilan diri sendiri, baik dengan menggunakan perspektif negatif atau dengan mengaitkan diri dengan orang lain. Pelaku *body shaming* sering kali merendahkan bentuk tubuhnya sendiri dengan membandingkan penampilan orang lain yang dianggap lebih ideal.
- b. Mengkritik penampilan seseorang di muka umum. Merendahkan bentuk tubuh orang lain dengan mengkritik secara di hadapan mereka menjadi pola umum dalam perilaku *body shaming*.
- c. Memberikan kritik negatif terhadap bentuk tubuh orang lain melalui bisikan, tatapan, atau gestur tanpa diketahui langsung oleh yang dikomentari.¹⁵
- d. Mengomentari dan membuat pandangan antara diri dan orang lain, mengomentari kondisi fisik tanpa sepengetahuan seseorang.¹⁶

¹⁵ Jurnal Pelayanan, "Beauty Bullying or Body shaming? Upaya Pencegahan Body shaming Pada Remaja" 3, no. 1 (2021): 69.

¹⁶ Asti Haryati, Annisa Novianti, and Riza Cahyani, "Peran Lingkungan Terhadap Rasa Percaya Diri Mahasiswa Yang Mengalami Body shaming" 3, no. 2 (2021): 85.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Body Shaming*

Beberapa para ahli mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *body shaming* yaitu sebagai berikut:

a. Faktor psikologis

Faktor psikologis yaitu adanya ejekan atau celaan baik dari diri sendiri ataupun dari lingkungan sekitar. Kecemasan dan rasa rendah diri yang tinggi, sehingga seseorang minder terhadap penampilan tubuhnya.

b. Faktor teman sebaya

Komentar negatif oleh teman sebaya tentang berat badan, tinggi badan, atau bentuk tubuh seperti “kamu kurus banget”, “gendut”.

c. Faktor media sosial

Media sosial banyak memperlihatkan konten yang membandingkan tubuh, seperti foro “*before-after*”, dan istilah “*perfect body*”, membuat orang merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya.

d. Faktor budaya

Budaya termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi *body shaming*.¹⁷ Adanya norma budaya yang menyeragamkan standar kecantikan atau idel tubuh, seperti tubuh yang kurus, berotot, atau memiliki warna kulit tertentu turut menjadi salah satu faktor terjadinya *body shaming*.

e. Faktor kurangnya kesadaran dan pendidikan

Kurangnya kesadaran dan pendidikan tentang keberagaman tubuh serta penerimaan diri sendiri dan orang lain menyebabkan persepsi sempit tentang suatu standar yang dianggap “normal” atau “cantik”.

f. Faktor pengalaman pribadi

Salah satu faktor dari *body shaming* adalah faktor pengalaman pribadi seperti *bullying* atau komentar dari keluarga yang menyebabkan seseorang melakukan *body shaming* terhadap orang lain atau teman sebaya cara untuk melepaskan rasa tidak aman mereka.¹⁸ Selain itu seseorang yang pernah mengalami trauma dengan penampilan fisik rentan terhadap *body shaming*,

¹⁷ Dian Yustika, “*Body shaming*, Citra Tubuh Ideal Dan Kaum Muda Kampus: Studi Fenomenologi Terhadap Mahasiswa UNS,” *of Development and Social Change* 4 no 2, no. 2614 (2021): 16.

¹⁸ Elvia Malbeni dkk, “ *Body shaming: Konsep dan Penerapan*” (Malang, Future Science , 2024) 11-12.

karena pengalaman meninggalkan luka emosional dan mempengaruhi seseorang melihat dirinya sendiri.

5. Dampak Perilaku *Body Shaming*

Perilaku *body shaming* memiliki dampak yang merugikan bagi korban perilaku *body shaming*. Adapun dampak negatif dari *body shaming* antara lain sebagai berikut:

a. Citra Tubuh Negatif

Body shaming dapat menyebabkan citra tubuh negatif, yang menyebabkan individu merasa minder dan malu dengan tubuhnya.

b. Hilangnya Rasa Percaya Diri

Body shaming berdampak pada kepercayaan diri, yang menyebabkan seseorang kehilangan rasa percaya dirinya, sehingga menimbulkan efek emosional dan psikologis yang negatif.¹⁹

c. Gangguan Makan

Perempuan biasanya dianggap dan diperlakukan sebagai sesuatu yang harus memenuhi standar penampilan tertentu. Pandangan ini mendorong orang untuk memperhatikan penampilan fisiknya secara teratur, yang menghasilkan tingkat *self-objectification* yang tinggi. Kondisi ini dapat memengaruhi perasaan dan perilaku seseorang. Jika ini terjadi terlalu sering, orang tersebut

¹⁹ Elvia Malbeni dkk “*Body shaming: Konsep dan Penerapan*” (Malang, Future Science, 2024)

berisiko mengalami berbagai gangguan psikologis, seperti masalah makan, depresi unipolar, dan disfungsi seksual.

d. Gangguan *Dismorfik Tubuh*

Tindakan *body shaming* ini dapat menimbulkan rasa cemas yang berkepanjangan dan membuat individu lebih rentan mengalami gangguan dismorfik tubuh (*body dysmorphic disorder*). Gangguan ini merupakan kondisi menatal di mana seseorang secara terus-menerus memikirkan kekurangan pada penampilan fisiknya, meskipun kekurangan tersebut sering kali tidak nyata atau tidak dianggap masalah oleh orang lain. Akibatnya individu merasa penampilannya tidak memadai, kehilangan kepercayaan diri (*lack of self-confidence*), dan terdorong secara berlebihan untuk mencapai bentuk tubuh yang dianggap ideal (*strive to be ideal*).

e. Depresi dan Kecemasan

Komentar dan penilaian negatif dari seseorang terus-menerus menghantui seseorang dapat memicu depresi dan kecemasan. Kondisi ini tidak hanya dialami oleh perempuan tetapi laki-laki juga dapat mengalami depresi dan rasa cemas, tetapi tidak sebanyak perempuan.²⁰

²⁰ Afina Afiyati Khairun, "Penyuluhan *Body shaming* Di SMA Negeri 1 Darul Imarah Aceh Besar" 2, no. 1 (2023): 5.

B. Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Window Shopping*

1. Hakikat Layanan Bimbingan Klasikal

Bimbingan dan konseling (BK) adalah proses yang membantu seseorang memahami diri mereka sendiri, mengembangkan potensi mereka, dan mengatasi tantangan hidup. Bimbingan konseling dapat menggunakan berbagai pendekatan dalam pendidikan, salah satunya adalah bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal adalah layanan yang diberikan untuk membekali siswa dengan kemampuan dan keterampilan hidup yang penting. Bimbingan klasikal merupakan bagian penting dari program bimbingan dan konseling sekolah yang komperhensif. Untuk menyediakan kurikulum yang memenuhi kebutuhan siswa, konselor bertanggung jawab menyusun program sesuai dengan kebutuhan peserta didik.²¹

Bimbingan klasikal merupakan layanan yang dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor di sekolah secara teratur, berinteraksi dengan siswa secara langsung, melalui kegiatan diskusi kelas, dan tanya jawab. Layanan ini dilaksanakan secara terstruktur melalui kegiatan klasikal untuk membantu peserta didik mencapai potensi dirinya secara maksimal.

²¹ Maryam Rahim, *Bimbingan Dan Konseling Klasikal Dan Kelompok* (Yogyakarta: pt star digital publishing, 2025), 2.

Bimbingan dalam kelas, dikenal sebagai bimbingan klasikal atau layanan dasar. Bimbingan yang diberikan secara langsung kepada semua peserta didik di kelas dan dilaksanakan secara rutin setiap minggu. Layanan bimbingan klasikal memungkinkan konselor untuk berinteraksi secara langsung dengan peserta didik di kelas secara terjadwal yang telah secara langsung kepada semua peserta didik di kelas dan dilakukan secara terjadwal untuk mendorong peserta didik menjadi lebih aktif dan kreatif. ditetapkan.

Layanan bimbingan dalam kelas (bimbingan klasikal) merupakan layanan yang dilaksanakan dalam kelas, dengan melibatkan semua peserta didik, dalam bentuk tatap muka yang terjadwal rutin setiap minggu. Layanan bimbingan klasikal dapat membuat peserta didik aktif dan kreatif melalui kegiatan yang diberikan oleh guru atau konselor.²² Berdasarkan paparan diatas bimbingan klasikal merupakan layanan yang diberikan langsung kepada seluruh siswa dalam satu kelas. Layanan ini melibatkan semua peserta didik dalam bentuk tatap muka. Tujuannya untuk membantu siswa aktif dan menjadi kreatif melalui kegiatan yang diberikan oleh konselor.

²² Karyanti dan Andi Setiawan, *Bimbingan Klasikal Berlandaskan Falsafah Adil Ka ' Talino , Bacuramin Ka ' Saruga , Basengat Ka ' Jubata* (Yogyakarta K-Media 2019) 29.

2. Tujuan Layanan Bimbingan Klasikal

Seriap layanan dalam bimbingan dan konseling memiliki tujuan yang berbeda. Bimbingan klasikal berperan penting bagi peserta didik dalam upaya mencegah atau mengurangi masalah yang dialami.

Tujuan utama layanan bimbingan klasikal untuk mendukung keberhasilan pribadi, akademik, sosial-emosional, dan karir peserta didik

melalui layanan dalam bimbingan klasikal.²³ Adapun tujuan bimbingan klasikal yaitu sebagai berikut:

- a. Merencanakan kegiatan atau strategi untuk menyelesaikan penyelesaian studi
- b. Memaksimalkan semua potensi dan kemampuan yang dimilikinya
- c. Menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, masyarakat, dan lingkungan kerja
- d. Mengatasi hambatan dan kesulitan yang muncul selama studi, menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, dan lingkungan kerja.
- e. Menyelesaikan masalah yang muncul selama proses belajar untuk mencapai tujuan belajar.
- f. Mengatasi terjadinya kebiasaan-kebiasaan yang tidak diinginkan.²⁴

²³ Maryam Rahim Dkk, "Bimbingan Dan Konseling Klasikal Dan Kelompok" (Yogyakarta: Star Digital Publishing, 2025).

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa bimbingan klasikal bertujuan untuk membantu peserta didik mengatasi masalah yang sulit sehingga mereka dapat menyelesaikannya sendiri.

3. Fungsi Layanan Bimbingan Klasikal

Banyak pelayanan disediakan untuk mendukung pertumbuhan peserta didik. Masing-masing pelayanan itu berguna dan bermanfaat untuk memberikan dorongan yang baik untuk kemajuan dan kehidupan, terutama berkaitan dengan bidang tertentu yang menjadi fokus layanan. Begitu juga dengan bimbingan klasikal, bimbingan klasikal memiliki fungsi khusus yang berguna bagi siswa. Fungsi layanan bimbingan klasikal bagi siswa atau konseli yaitu sebagai berikut:

- a. Fungsi pemahaman, membantu konseli memahami lebih baik diri mereka sendiri dan lingkungannya.
- b. Fungsi penyesuaian, yaitu membantu konseli menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara konstruktif dan dinamis.²⁵
- c. Fungsi pencegahan, yaitu fungsi bimbingan yang akan mencegah terhidarinya permasalahan yang mungkin timbul, dapat

²⁴ Fauziah Soleman, "Meminimalisir Bahaya Bullying Melalui Bimbingan Klasikal Pada Siswa VIII SMP Negeri 7 Telaga Biru" 07, no. September (2021): 1407.

²⁵ Dita Oktaviani, Haris Fadillah, and Nurul Rahmi, "Implementasi Fungsi-Fungsi Bimbingan Dan Konseling: Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Siswa Pendahuluan Fungsi Dapat Diartikan Sebagai Kegunaan Atau Manfaat Dari Suatu" (n.d.): 36.

mengganggu, menghambat ataupun menimbulkan kesulitan dan kerugian dalam proses perkembangan peserta didik.

- d. Fungsi pengembangan, yaitu untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan positif peserta didik secara konsisten dan berkelanjutan. Fungsi ini lebih proaktif daripada fungsi lainnya.
- e. Fungsi bimbingan klasikal lebih bersifat preventif dan berfokus pada pengembangan pribadi siswa dalam bidang perkembangan, sosial, dan karirnya. Fungsi preventif atau pencegahan adalah fungsi bimbingan untuk menghindarkan diri dari perilaku atau hal-hal yang tidak diinginkan. Pencegahan adalah fungsi bimbingan untuk mencegah tingkah laku yang tidak diharapkan atau membahayakan orang lain.²⁶

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan klasikal berfungsi untuk mencegah perilaku yang tidak diinginkan dalam pengembangan pribadi siswa yang meliputi bidang peajaran, bidang sosial, dan bidang karir serta untuk menghindarkan dari perilaku yang tidak diharapkan.

4. Kelebihan dan Kekurangan Layanan Bimbingan Klasikal
 - a. Kelebihan layanan bimbingan klasikal

²⁶ Hadiarni, "Bimbingan Klasikal Berbasis Moderasi Beragama Untuk Mereduksi Perilaku Toxi" (deepublish, 2024), 4.

- 1) Semua peserta didik yang mengikuti layanan bimbingan klasikal dapat mendengarkan penjelasan dari guru bimbingan dan konseling.
 - 2) Memiliki waktu yang pasti karena secara langsung dijelaskan sesuai jadwal kelas.²⁷
 - 3) Pengembangan keterampilan holistik, layanan bimbingan klasikal membantu peserta didik mengembangkan keterampilan pribadi, akademik, sosial, emosional, dan karir yang relevan, seperti regulasi emosi, resolusi konflik, dan manajemen waktu.
 - 4) Pencegahan masalah yang efektif, layanan bimbingan klasikal berfokus pada pembelajaran sosial-emosional, mencegah potensi masalah perilaku atau emosional sebelum menjadi lebih serius, sekaligus menciptakan lingkungan kelas yang positif.²⁸
- b. Kekurangan layanan bimbingan klasikal
- 1) Sulit dilakukan oleh sekolah yang tidak memiliki jam bimbingan dan konseling.

²⁷ Joy Maranatha Tarigan, "Layanan Bimbingan Dan Konseling Karier Di Sekolah Menengah Pertama" (Sukabumi: CV Jejak, 2021) 41.

²⁸ Maryam Rahim dkk, "Bimbingan Dan Konseling Klasikal Dan Kelompok" (yogyakarta: pt star digital publishing, 2024) 19.

- 2) Peserta didik yang memiliki rasa malu yang tinggi sulit aktif bertanya atau menjelaskan pemahamannya selama layanan berlangsung.²⁹
 - 3) Pendekatan yang general, karena dirancang untuk kelompok besar, bimbingan klasikal cenderung kurang mendalam dalam menjawab kebutuhan individu siswa.
 - 4) Keterbatasan interaksi personal, dalam layanan bimbingan klasikal interaksi personal antara konselor dan peserta didik sering kali terbatas.
 - 5) Ketergantungan pada kompetensi fasilitator, efektivitas bimbingan klasikal sangat bergantung pada kemampuan guru bimbingan konseling dalam menyampaikan materi secara menarik dan relevan.³⁰
5. Teknik *Window Shopping* sebagai Strategi Inti

Teknik *window shopping* adalah salah satu pendekatan pembelajaran yang bertujuan untuk menciptakan suasana belajar yang aktif, partisipatif, dan menyenangkan. Secara konseptual teknik ini menekankan keterlibatan siswa dalam proses pertukaran informasi melalui aktivitas eksploratif yang menyerupai kegiatan “berbelanja ilmu”. Siswa tidak hanya menerima instruksi dari guru, tetapi siswa

²⁹ Joy Maranatha Tarigan, “Layanan Bimbingan Dan Konseling Karier Di Sekolah Menengah Pertama” 41.

³⁰ Maryam Rahim dkk, “Bimbingan Dan Konseling Klasikal Dan Kelompok.”

aktif dalam menemukan, memahami, dan berbagi pengetahuan kepada teman sebayanya. Dalam pelaksanaannya, peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok kecil untuk membahas topik tertentu. Setiap kelompok kemudian menyajikan hasil diskusi mereka dalam bentuk presentasi visual atau “pajangan ilmu” yang dapat dikunjungi oleh kelompok lain. Siswa dari kelompok lain akan berkeliling seperti pengunjung toko, mengamati, mencatat, berdiskusi, dan bertanya secara langsung kepada “penjaga toko”, yaitu anggota kelompok yang bertugas menjelaskan materi.

Window shopping berasal dari kata *window shopping* kata *window shopping* jika kita artikan adalah jendela belanja yang dimana *window* adalah jendela yang bisa kita melihat dunia luar meskipun kita tidak keluar rumah dan *shopping* adalah belanja yang dimana proses membeli seperti disupermarket. Tetapi didalam proses pembelajaran kata *shopping* adalah siswa diberi kesempatan untuk berjalan-jalan melihat karya orang lain dan belanja atau (bertanya) kepada kelompok lain. Jadi, *window shopping* adalah teknik pembelajaran yang berbasis kerja kelompok dengan berbelanja keliling melihat hasil karya orang lain untuk menambah wawasannya. Salah satu pembelajaran berbasis kerja kelompok adalah *window shopping*, di mana peserta didik berkeliling untuk melihat pekerjaan kelompok lain. Teknik ini mengajarkan peserta didik percaya diri, bertanggung jawab, kerja sama,

dan interaksi dengan teman.³¹ Teknik *window shopping* adalah salah satu model pembelajaran yang menarik dan bisa meningkatkan keaktifan peserta didik.

Menurut para ahli *window shopping* mendorong siswa untuk menyelesaikan tugas terlebih dahulu, lalu melakukan kunjungan ke hasil kerja kelompok lain guna memperoleh wawasan tambahan melalui dialog dan observasi. Teknik ini memberi ruang bagi siswa untuk memperluas pengetahuan, dan mengembangkan keterampilan kolaboratif melalui interaksi yang dinamis antar kelompok. Sementara itu, Tampang mengemukakan bahwa *window shopping* menggabungkan elemen visual, gerak fisik, dan komunikasi verbal, sehingga mampu meningkatkan daya ingat dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.³² Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik *window shopping* dapat mendorong peserta didik menyelesaikan tugas kelompok terlebih dahulu sebelum berkunjung ke kelompok lain guna memperluas wawasan melalui dialog, observasi, dan saling berinteraksi kelompok satu dengan kelompok lain. Teknik *window shopping* juga mampu mengembangkan komunikasi secara verbal,

³¹ Arif Husnul, and Muhammad, "Pengaruh Model Pembelajaran *window shopping* Matematika Siswa Kelas X SMK Ma'arif Husnul Khatimah," jurnal pegguruang: *conference series* 4 (2022).

³² nur luthfi rizqa herianingtyas, "Model-Model Pembelajaran_ Praktik Pedagogis Pembelajaran Mendalam" (jakarta selatan: publica indonesia utama, 2025) 125.

dengan demikian teknik ini meningkatkan daya ingat, keterampilan, dan pengetahuan siswa dalam pembelajaran.

6. Integrasi Layanan Bimbingan Klasikal dengan Teknik *Window Shopping*

Pelaksanaan layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan teknik *window shopping* dilakukan melalui langkah-langkah yang teratur. Dalam hal ini, layanan bimbingan klasikal tidak hanya berupa penyampaian materi lisan, tetapi berupa aktivitas kelompok yang saling berinteraksi melalui kegiatan “berbelanja” karya teman. Langkah-langkah pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

a. Tahap awal (dalam bimbingan klasikal)

Guru BK atau konselor membuka kelas dengan salam dan menciptakan suasana kelas yang kondusif. Kegiatan diawali dengan doa dan salam (menanyakan kabar, pembelajaran sebelumnya, (*ice brekeng*), kemudian guru menjelaskan tujuan layanan dari materi yang akan dibahas. Tahap ini bertujuan untuk menarik perhatian peserta didik agar siap mengikuti layanan.³³

b. Tahap inti: penerapan teknik *window shopping*

Pada tahap ini, guru BK menyampaikan materi dengan metode yang interatif seperti peserta didik di bagi ke dalam beberapa kelompok, berdiskusi, presentasi, serta didukung oleh

³³ Mella Rahmadani, “Pengaruh Bimbingan Klasikal Dengan Teknik *Chinema Therapy* Terhadap Peningkatan Kepercayaan Siswa SMP 3 Pariangan,” bimbingan dan konseling (2020).

media pembelajaran. Materi yang disampaikan harus sesuai dengan tahapan dalam pelaksanaan *window shopping*. Berikut ada lima tahapan dalam bimbingan klasikal dengan teknik *window shopping*:

- 1) Langkah pertama: pembentukan kelompok, peserta didik di bagi menjadi beberapa kelompok (4-5 orang).
- 2) Langkah kedua: pemberian topik (bahan diskusi), setiap kelompok diberikan topik berbeda terkait dengan topik yang dibahas untuk didiskusikan dan dikerjakan.
- 3) Langkah ketiga: pembuatan karya (penyusunan materi), setiap kelompok menuliskan hasil diskusinya dalam kelompok di atas karton atau kertas manila. Hasil karya dibuat semenarik mungkin, berwarna, dan kreatif.
- 4) Langkah keempat: *window shopping* (berkeliling melihat hasil karya kelompok lain), hasil karya ditempel di dinding kelas, setiap kelompok berdiri di dekat karyanya untuk menjelaskan, dan anggota yang lain berkeliling ke kelompok lain untuk mengamati, mencatat, dan bertanya.
- 5) Langkah kelima: (berdiskusi di kelompok masing-masing), peserta didik kembali ke kelompok asalnya. Mereka bertuka

informasi berdasarkan hasil kunjungan, mendiskusikan temuan, dan melengkapi catatan kelompok.³⁴

c. Tahap penutup atau evaluasi

Dalam tahap ini ada tiga langkah yang dilakukan yaitu:

- 1) Umpan balik (konfirmasi), guru BK atau konselor memberikan penguatan, koreksi, dan meluruskan pemahaman yang kurang tepat dalam pelaksanaan teknik *window shopping*.
- 2) Kesimpulan, peserta didik bersama guru BK merumuskan kesimpulan bersama tentang topik dan komitmen untuk tidak melakukannya.
- 3) Refleski, peserta didik menyampaikan kesan dan perasaan tentang kegiatan yang baru saja dilakukan.³⁵

³⁴ Nurfadila, "Pendel Pembelajaran *window shopping* Matematika Siswa Kelas X SMK Ma'arif Husnul Khatimah" 292

³⁵ Anis Listiani, "*Best Practice ' window shopping'* Diterapkan Dalam Pendidikan Pancasila" (Banjarnegara: Guepedia.com, 2023).