

LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
DI SMP NEGERI 2 TEMPEL

Disusun sebagai syarat ujian  
Praktik Pengalaman Lapangan Bimbingan dan Konseling

Dosen Pembimbing Lapangan : Sugiyanto M.Pd



Disusun oleh :  
Miftah Faturochman  
12104241052

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2015



## LEMBAR PENGESAHAN

Pengesahan Laporan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 2 Tempel, Kab. Sleman, Yogyakarta :

Nama : Miftah Faturochman  
NIM : 12104241051  
Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMP Negeri 2 Tempel dari tanggal 10 Agustus sampai dengan 12 September 2015. Rincian kegiatan terangkum dalam laporan ini.

Yogyakarta, 14 September 2015

Dosen Pembimbing Lapangan  
PPL UNY 2015



Sugiyanto, M.Pd

NIP. 19720408 200812 1 002

Guru Pembimbing Lapangan  
Bimbingan Konseling  
SMP Negeri 2 Tempel



Adik Suwanti, S.Pd

NIP. 19670313 198903 2 010

Mengetahui,

Kepala SMP Negeri 2 Tempel



H. Sudarto, S.pd

NIP : 19570806 198303 1 020

Koordinator PPL



Dwi Marjana Saputra, S.Pd

NIP: 19600220 198103 1 006

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 2 Tempel dapat diselesaikan tepat pada waktunya dan laporan pelaksanaannya dapat terselesaikan dengan baik.

Pada dasarnya penyusunan laporan ini merupakan gambaran dari kegiatan PPL yang dilakukan penyusun serta untuk memenuhi syarat pelaksanaan ujian PPL Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) yang wajib ditempuh oleh setiap mahasiswa UNY pada program S1. Kegiatan PPL telah dilaksanakan oleh mahasiswa praktikan mulai tanggal 10 Agustus 2015 sampai 12 September 2015. Dalam kurun waktu tersebut penyusun telah melaksanakan berbagai kegiatan yang berkaitan dengan layanan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 2 Tempel.

Sebagai ungkapan syukur, tidak lupa penyusun mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak atas dukungan dan kerja sama baik secara material, tenaga, maupun moral. Dalam kesempatan ini penyusun ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, MA selaku rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. LPPM dan UPPL Universitas Negeri Yogyakarta selaku penanggung jawab kegiatan KKN-PPL yang telah memberikan pengarahan, bimbingan, serta bekal pengetahuan dan keterampilan.
3. Sugiyanto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL BK yang telah banyak memberikan bimbingan dan masukan selama proses pelaksanaan dan penyusunan laporan PPL.
4. H. Sudarto, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Tempel yang telah memberikan izin dan menyediakan fasilitas kepada praktikan untuk melakukan kegiatan PPL BK di SMP Negeri 2 Tempel.
5. Adik Suwanti, S.Pd selaku guru pembimbing lapangan praktikan yang dengan kesabaran membimbing penyusun untuk melaksanakan tugas layanan bimbingan dan konseling dengan penuh tanggung jawab di SMP

Negeri 2 Tempel. Terima kasih atas semua dorongan dan arahnya, serta kesabarannya yang diberikan pada praktikan selama ini.

6. Dra. Eni Faridah Mulyani selaku guru BK SMP Negeri 2 Tempel atas segala dukungan dan bimbingannya selama praktikan melaksanakan PPL di sekolah.
7. Bapak/Ibu guru serta seluruh karyawan SMP Negeri 2 Tempel yang banyak membantu pelaksanaan PPL BK.
8. Pandini Verdiana Arumsari sebagai partner sekaligus sahabat yang saling mendukung, membantu, menyemangati dan sabar selalu mendampingi ku.
9. Seluruh siswa siswi SMP Negeri 2 Tempel yang telah berbaik hati menerima penyusun sebagai praktikan Bimbingan dan Konseling.
10. Bapak dan ibu yang selalu setia memberikan semangat dan dukungan serta doa yang selalu membuat penyusun bahagia.
11. Teman-teman kelompok PPL yang telah bersama-sama berjuang, saling memberikan motivasi, bahu-membahu selama kegiatan PPL walau harus dilalui dengan suka duka.
12. Serta pihak-pihak yang telah banyak membantu yang tak bisa penyusun sebutkan satu per satu.

Penyusun menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam pelaksanaan program PPL serta dalam penyusunan laporan ini. Untuk itu penyusun mengharap kritik dan saran dari berbagai pihak demi perbaikan di masa mendatang. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan.

Yogyakarta, 14 September 2015

Praktikan,

Miftah Faturochman

NIM. 12104241051

**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
DI SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Oleh: Miftah Faturochman

**ABSTRAK**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di Sekolah merupakan salah satu kegiatan latihan yang bersifat intrakurikuler sehingga harus dilaksanakan oleh setiap mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling. Kegiatan ini dalam rangka peningkatan ketrampilan dan pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk program layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan oleh seorang guru pembimbing, dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas memberikan layanan bimbingan di sekolah yang profesional.

Pelaksanaan program PPL dimulai dari tanggal 10 Agustus sampai dengan 12 September 2015. Selama kegiatan, praktikan melaksanakan berbagai program kerja yang bertujuan untuk memfasilitasi proses bimbingan dan pengoptimalan potensi siswa. Pada realisasinya kegiatan berjalan sesuai dengan target yang sudah direncanakan.

Program yang diselenggarakan pada kegiatan PPL, disusun untuk mengoptimalkan perkembangan dan potensi yang dimiliki siswa. Selain itu, juga untuk melatih praktikan sebelum terjun ke lapangan kerja nantinya. Dengan demikian, praktikan memiliki keterampilan dalam menangani berbagai tugas sebagai calon guru pembimbing khususnya dan tenaga kependidikan pada umumnya, mengatur program bimbingan dan konseling, dan memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam setting sekolah sehingga menghasilkan input dan output yang andal.

Kata Kunci: Praktik Pengalaman Lapangan, Bimbingan dan Konseling

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Praktik Pengalaman Lapangan Bimbingan dan Konseling

Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di Sekolah merupakan salah satu kegiatan latihan yang bersifat intrakurikuler sehingga harus dilaksanakan oleh setiap mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling. Kegiatan ini dalam rangka peningkatan ketrampilan dan pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk program layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan oleh seorang guru pembimbing, dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas memberikan layanan bimbingan di sekolah yang profesional.

Kegiatan PPL meliputi kegiatan pra PPL dan PPL. Kegiatan pra PPL meliputi mengikuti kegiatan sosialisasi melalui mata kuliah Praktikum Mikro Konseling, Praktikum Konseling Individual, Praktikum BK Pribadi, Praktikum BK Sosial, PPL 1 dan Observasi di SMP Negeri 2 Tempel pada tanggal 23 – 30 Februari dan 10 – 15 Agustus 2015.

Program studi Bimbingan dan Konseling mempunyai tugas menyiapkan dan menghasilkan guru pembimbing yang memiliki nilai dan sikap serta pengetahuan dan ketrampilan yang profesional. Dengan kemampuan tersebut diharapkan alumni program studi bimbingan dan konseling dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya kelak sebagai guru pembimbing dalam rangka membantu tercapainya tujuan pendidikan.

Oleh karena itu dalam rangka menyiapkan tenaga kependidikan (guru pembimbing) yang profesional tersebut, program studi bimbingan dan konseling membawa mahasiswa kepada proses pembelajaran yang dilakukan baik melalui bangku kuliah maupun melalui berbagai latihan, yang antara lain berupa praktek pengalaman lapangan. Untuk melaksanakan hal tersebut mahasiswa diterjunkan ke sekolah dalam

jangka waktu tertentu untuk mengamati, mengenal dan mempraktekan semua kompetensi yang layak atau wajib dilakukan oleh seorang guru pembimbing yang sadar akan tugas dan tanggung jawabnya sebagai tenaga profesional dalam bidang bimbingan dan konseling dalam dunia pendidikan.

#### B. Tujuan Praktik Pengalaman Lapangan Bimbingan dan Konseling

Praktek bimbingan dan konseling di sekolah dimaksudkan agar mahasiswa dapat mempraktekkan teori yang diperoleh selama kuliah, sehingga memperoleh ketrampilan khusus sesuai dengan keahlian dalam profesi bimbingan dan konseling. Dengan kata lain, praktek bimbingan dan konseling memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menunjukkan semua kompetensi yang telah dimiliki di bawah arahan guru dan dosen pembimbing.

PPL BK di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh pengalaman faktual khususnya tentang pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah, dan umumnya tentang proses pembelajaran siswa serta kegiatan-kegiatan kependidikan lainnya, sehingga mahasiswa dapat menggunakan pengalamannya sebagai bekal untuk membentuk profesi konselor di sekolah (guru pembimbing) yang profesional.

#### C. Tempat dan Subjek Praktik Pengalaman Lapangan Bimbingan dan Konseling

Pelaksanaan PPL Bimbingan dan Konseling di sekolah ditempatkan di sekolah-sekolah di dalam koordinasi Dinas Pendidikan Nasional Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Pengaturan tempat PPL lebih rinci dikelola oleh Program Studi Bimbingan dan Konseling, sedangkan penempatan mahasiswa ditentukan sendiri oleh mahasiswa bersangkutan. Berdasarkan hasil tersebut, praktikan ditempatkan di SMP Negeri 2 Tempel sebagai tempat diselenggarakan Praktik Pengalaman Lapangan

(PPL). Kemudian subjek praktik adalah siswa-siswi SMP Negeri 2 Tempel.

Waktu pelaksanaan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) adalah mulai tanggal 10 Agustus – 12 September 2015.

#### D. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL Bimbingan dan Konseling

Pemilihan, perencanaan dan pelaksanaan program kerja sesuai sasaran pasca observasi dan penerjunan sangatlah penting dan menjadi tolak ukur keberhasilan pelaksanaan kegiatan PPL BK yang akan dilakukan agar pada saat pelaksanaan program dapat dilaksanakan secara terarah dan tepat. Berdasarkan diskusi bersama dengan pihak sekolah, maka program PPL BK UNY 2014 yang ditempatkan di SMP Negeri 2 Tempel adalah sebagai berikut:

No	Nama Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Tempat
1	Pembekalan KKN PPL BK	4 Agustus 2015	Abdullah Sigit FIP UNY
2	Penyerahan mahasiswa PPL ke sekolah	21 February 2015	SMP Negeri 2 Tempel
3	Observasi pra PPL	23-30 Februari 2015	SMP Negeri 2 Tempel
4	Penerjunan mahasiswa PPL ke sekolah	10 Agustus 2015	SMP Negeri 2 Tempel
5	Pelaksanaan PPL	10 Agustus -12 September 2015	SMP Negeri 2 Tempel
6	Penarikan mahasiswa PPL	14 September 2015	SMP Negeri 2 Tempel
7	Evaluasi	September 2015	UNY

## E. Materi Praktik yang akan Dilaksanakan

Berdasarkan analisis situasi dan need assessment yang telah dilakukan pada bulan Februari maka dapat dirumuskan rancangan program kerja yang akan dilaksanakan praktikan selama PPL berlangsung. Program kerja PPL program studi bimbingan dan konseling yang direncanakan adalah sebagai berikut:

### 1. Praktik Persekolahan

Berdasarkan hasil observasi, praktikan melaksanakan beberapa kegiatan praktik persekolahan secara tidak langsung berhubungan dengan kegiatan Bimbingan dan Konseling. Praktik persekolahan tersebut antara lain terkait dengan pengarsipan berkas siswa baru, pengolahan data siswa yang bersifat administratif, dan sebagainya.

### 2. Praktik Bimbingan dan Konseling

Program kerja PPL program studi bimbingan dan konseling yang direncanakan adalah sebagai berikut:

#### 1. Layanan Dasar

Pelayanan Dasar diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada konseli melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam rangka mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap dan tugas-tugas perkembangan (yang dituangkan sebagai standar kompetensi kemandirian) yang diperlukan dalam pengembangan kemampuan memilih dan mengambil keputusan dalam menjalani kehidupannya. Penggunaan instrumen asesmen perkembangan dan kegiatan tatap muka terjadwal di kelas sangat diperlukan untuk mendukung implementasi komponen ini.

#### a. Bimbingan Klasikal

bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal memungkinkan praktikan memberikan bimbingan kepada sejumlah siswa pada suatu kelas. Materi yang akan dilaksanakan praktikan adalah sebagai berikut:

- a) Bullying
- b) Kreatifitas
- c) Konsep diri
- d) Percaya diri

b. Layanan Informasi

Materi Layanan Informasi yang disampaikan secara tidak langsung adalah:

a) Katakan Tidak Pada Rokok

Materi ini disampaikan kepada siswa melalui media leaflet yang disajikan dengan tampilan menarik dan ditempatkan di ruang BK untuk dijadikan bahan informasi bagi siswa yang datang ke ruang BK. Melalui materi ini siswa diharapkan mengetahui bahaya dari rokok dan menjauhi rokok.

b) Konsentrasi Dalam Belajar

Materi ini disampaikan kepada siswa melalui media leaflet yang disajikan dengan tampilan menarik dan ditempatkan di ruang BK untuk dijadikan bahan informasi bagi siswa yang datang ke ruang BK. Melalui materi ini siswa diharapkan memahami dan dapat menerapkannya didalam kegiatan belajar.

c) Cyber Bullying

Materi ini disajikan melalui media papan bimbingan dan ditempat di depan ruang BK.

d) Poster

Membuat poster yang mencakup bidang bimbingan pribadi, sosial, dan belajar.

### c. Layanan Pengumpulan Data

Layanan pengumpulan data dimaksudkan untuk mengumpulkan data dan keterangan tentang peserta didik (baik secara individual maupun kelompok) guna membantu praktikan dalam memberikan layanan, keterangan tentang lingkungan peserta didik ini dilaksanakan melalui:

#### a) Instrumen Kebutuhan dan Masalah Siswa

IKMS akan dilakukan di awal, hasilnya akan digunakan sebagai acuan penyusunan program layanan BK.

#### b) Sosiometri

Sosiometri dilakukan setelah memasuki tahun ajaran baru guna melihat sebaran interaksi sosial yang ada diantara siswa.

### d. Bimbingan Kelompok

Praktikan akan memberikan layanan bimbingan kelompok mengenai bidang bimbingan pribadi dan belajar. Bimbingan kelompok bersifat preventif.

## 2. Layanan Responsif

Layanan Responsif merupakan pemberian bantuan kepada konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak segera dibantu dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan.

### 1) Konseling Individual

Praktikan akan memberikan layanan konseling individual mengenai empat bidang bimbingan yaitu pribadi, sosial, belajar, dan karir. Hal ini menyesuaikan kebutuhan dan masalah yang dihadapi siswa.

## 2) Konseling Kelompok

Konseling kelompok dilakukan dengan berdasarkan kebutuhan dan masalah yang hampir sama yang dihadapi sejumlah siswa. Konseling kelompok dimaksudkan agar sesama konseli bisa berbagi pengalaman dan saling membantu satu sama lain. Sedangkan layanan responsif lain seperti referal, home visit, konferensi kasus, kolaborasi dengan orang tua, kolaborasi dengan pihak luar sekolah akan dilakukan oleh praktikan menyesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan yang dihadapi oleh konseli.

## BAB II

### PELAKSANAAN PPL BIMBINGAN DAN KONSELING

#### A. Praktik Persekolahan

SMP Negeri 2 Tempel terletak di Jl Balangan, Barongan, Banyurejo, Tempel, Sleman, DIY. SMP Negeri 2 Tempel adalah sekolah menengah pertama dibawah naungan Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman. Sekolah ini merupakan salah satu tempat yang digunakan sebagai lokasi PPL UNY tahun 2015. Lokasinya cukup strategis karena terletak di pinggir jalan walaupun jauh dari kota. Sekolah ini juga cukup kondusif sebagai tempat belajar.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada 10 – 15 Agustus 2015 maka diperoleh data sebagai berikut.

1. Kondisi Fisik Sekolah
  - a. Kondisi lingkungan SMP N 2 Tempel

Letak SMP Negeri 2 Tempel terletak di perbatasan Provinsi DIY dan Jawa Tengah, namun kegiatan belajar mengajar dapat berjalan dengan lancar dan tenang karena jauh dari keramaian kota.
  - b. Ruang kelas SMP Negeri 2 Tempel adalah sebanyak 15 ruang kelas dengan perincian sebagai berikut
    - 1) 5 kelas untuk kelas VII, A-B-C-D-E
    - 2) 5 kelas untuk kelas VIII, A-B-C-D-E
    - 3) 5 kelas untuk kelas IX, A-B-C-D-E
  - c. Laboratorium
    - a) Laboratorium IPA

SMP Negeri 2 Tempel memiliki satu laboratorium IPA yang digunakan untuk kegiatan praktikum. Laboratorium memiliki alat penunjang berupa alat praktikum yang sudah cukup lengkap yang dilengkapi dengan instalasi listrik, washtafel, LCD dan lain-lain
  - d. Ruang Perkantoran
    - a) Ruang kepala sekolah

Ruang kepala sekolah terletak di pintu masuk SMP N 2 Tempel, berdekatan dengan ruang tata usaha. Kondisi ruangnya rapi, terawat, dan dilengkapi dengan ruang tamu.

b) Ruang tata usaha

Ruang tata usaha berada berdekatan dengan ruang kepala sekolah. Ruang TU berfungsi sebagai administrasi sekolah baik yang berhubungan dengan peserta didik, karyawan maupun guru.

c) Ruang guru

Ruang guru terpisah dengan ruang kepala sekolah dan ruang TU. Hal ini mempermudah bagi tenaga pendidik untuk saling berinteraksi dalam pemenuhan kebutuhan yang menunjang kegiatan belajar mengajar maupun administrasi.

d) Ruang BK

Ruang bimbingan konseling ini digunakan untuk membimbing dan mengarahkan peserta didik. Keberadaan BK sangat membantu peserta didik dalam menyelesaikan berbagai macam persoalan yang menghambat proses belajar mengajar.

e. Perpustakaan

SMP N 2 tempel memiliki ruang perpustakaan yang menunjang kegiatan belajar peserta didik yang dilengkapi dengan berbagai buku. Administrasi di perpustakaan di SMP N 2 Tempel cukup rapi. Namun antusias peserta didik untuk membaca dan meminjam buku perpustakaan masih sangat kecil.

f. Ruang UKS

Ruang UKS terletak di sebelah Ruang BK. Ruang UKS diperuntukkan peserta didik yang sedang sakit. Dalam UKS terdapat 3 tempat tidur. Selain itu ada almari obat dan baskom untuk cuci tangan. Penataan alat-alat dan obat-obatan cukup rapi.

g. Mushola

Tersedia ruang ibadah bagi peserta didik muslim dengan tempat wudlu yang memadai. Di mushola juga terdapat almari tempat meletakkan mukena, sajadah, sarung, dan Al-Qur'an.

SMP N 2 Tempel membiasakan para peserta didik untuk sholat Dhuhur berjamaah setiap hari dan sholat Jumat.

h. Ruang Kegiatan Pesereta Didik

a) Ruang OSIS

Ruang OSIS merupakan tempat untuk peserta didik menyalurkan bakat dan minatnya dalam berorganisasi di sekolah. kegiatan OSIS berjalan dengan baik meskipun belum memiliki ruang khusus untuk melaksanakan rapat. Rapat OSIS biasanya dilaksanakan di ruang Perpustakaan atau pun di Laboratorium IPA.

b) Ruang koperasi

Koperasi menyediakan alat tulis dan makanan bagi peserta didik maupun guru dan staff karyawan. Dengan adanya koperasi ini sangat membantu bagi warga sekolah karena dilengkapi dengan mesin fotokopi.

i. Lapangan Olahraga dan Lapangan Upacara

Lapangan upacara terdapat di tengah sekolah yang sekaligus berfungsi sebagai lapangan basket. Sedangkan Gor olahraga terletak di sebelah timur gedung sekolah yang digunakan untuk lapangan voly, maupun badminton. Untuk kegiatan sepak bola, sekolah menggunakan lapangan sepak bola yang letaknya tidak dekat dengan sekolah.

j. Fasilitas penunjang lainnya

a) Gudang

b) Kantin sekolah

c) Kamar mandi/WC guru dan karyawan

d) Kamar mandi/WC peserta didik

e) Parkir sepeda peserta didik

Parkir sepeda peserta didik terletak di sebelah barat gedung.

f) Parkir kendaraan guru dan karyawan

Parkir sepeda peserta didik terletak di sebelah selatan gedung atau di depan gedung SMP N 2 Tempel.

2. Kondisi Non Fisik Sekolah

a. Visi dan Misi SMP N 2 Tempel

1) Visi :

“Unggul dalam prestasi, berbudaya berlandaskan Imtaq.”

2) Misi :

1. Melaksanakan pengembangan kurikulum sesuai kebutuhan sekolah.
2. Meningkatkan prestasi akademik dan nonakademik melalui kegiatan peningkatan mutu pembelajaran dan sarana pembelajaran.
3. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara aktif , inovatif, kreatif, efektif, dan menyenangkan sehingga setiap peserta didik dapat berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki.
4. Meningkatkan penguasaan teknologi informasi dan komunikasi.
5. Memenuhi sarana dan prasarana pendidikan sesuai kebutuhan peserta didik.
6. Melaksanakan pengelolaan sesuai sistem pendidikan yang transparan dan akuntabel.
7. Mewujudkan system penilaian sesuai Standar Nasional Pendidikan.
8. Meningkatkan disiplin, penghayatan budi pekerti luhur, dan cinta tanah air.
9. Menyelenggarakan kegiatan-kegiatan keagamaan sesuai agama masing-masing.

b. Potensi Peserta Didik

Peserta didik SMP Negeri 2 Tempel berjumlah 32 peserta didik untuk setiap kelas ( khusus kelas VII dan VIII) dan 24 peserta didik untuk kelas IX. Total peserta didik pada tahun ajaran 2014/2015 adalah 160 peserta didik untuk kelas VII, 159 peserta didik untuk kelas VIII, dan 125 peserta didik untuk kelas IX.

c. Potensi Guru

Guru SMP Negeri 2 Tempel berjumlah 31 orang guru yang memiliki potensi besar untuk terus berkembang dan memiliki motivasi tinggi untuk menjadi pengajar yang baik sesuai dengan tuntutan kurikulum 2013.

d. Bimbingan Konseling

Bimbingan Konseling memiliki tugas yang sangat penting, terkait dengan peserta didik. Guru BK setiap awal tahun merancang tugas untuk memberikan bimbingan sekolah, pribadi, sosial dan karier bagi peserta didik. Selain itu BK membantu sekolah dalam hal menyusun program dan pelaksanaan program kegiatan bimbingan kepada siswa yang meliputi:

- a) Penyuluhan dan pelaksanaan program kerja BK
- b) Menyusun dan melaksanakan program kerjasama dengan instansi lain yang terkait
- c) Evaluasi pelaksanaan BK
- d) Menyusun statistik hasil evaluasi BK
- e) Menyusun dan memberikan saran serta pertimbangan pemilihan jurusan bagi siswa.
- f) Memberikan bimbingan kepada siswa secara langsung.
- g) Meningkatkan kemajuan siswa dan sekolah.

e. Organisasi dan Fasilitas OSIS

OSIS merupakan organisasi yang dijalankan oleh peserta didik sebagai badan eksekutif peserta didik SMP Negeri 2 Tempel.

Pengurus OSIS terdiri dari peserta didik kelas VIII sebanyak 15 orang dan kelas IX sebanyak 13 orang . Perekrutan pengurus OSIS dilakukan dengan membagikan angket untuk tiap kelas dan setiap kelas mengirimkan perwakilan setiap kelas untuk menjadi pengurus OSIS. Peserta didik yang menjadi pengurus OSIS harus mendapat persetujuan dari ketua kelas, wali kelas, dan orang tua atau wali peserta didik.

Kegiatan dan koordinasi pengurus OSIS sudah baik karena kerjasama dengan guru pembimbing berjalan dengan baik. Salah satu program kerja pengurus OSIS yang bekerja sama dengan pihak sekolah adalah larangan membawa handphone (HP) selama di sekolah dan dilakukan penggeledahan setiap hari senin dan waktu-waktu tertentu secara mendadak. Selain itu kegiatan sosial yang berjalan dengan baik adalah dengan menyediakannya kotak sosial untuk menghimpun dana yang selanjutnya disalurkan kepada peserta didik yang membutuhkan atau terkena musibah. OSIS mempunyai ruang tersendiri untuk rapat dan mempersiapkan program kerja, namun penataan ruang OSIS masih kurang rapi, sehingga perlu dibenahi dan ditata ulang.

f. Ekstrakurikuler

Selain OSIS untuk mengasah kemampuan peserta didik dalam berorganisasi, sekolah juga memiliki beberapa ekstrakurikuler untuk menunjang skill peserta didik. Pelaksanaan ekstrakurikuler dilaksanakan setelah kegiatan pembelajaran selesai dan telah berjalan dengan baik. Adapun ekstrakurikuler yang dimiliki oleh SMP Negeri 2 Playen antara lain sebagai berikut.

- 1) Pramuka
- 2) Sepak bola
- 3) Basket
- 4) Voly
- 5) Tenis meja

- 6) Badminton
- 7) Seni tari
- 8) Seni baca tulis Alquran

## B. Observasi Proses Layanan Bimbingan Konseling dan Peserta Didik

Observasi dilakukan di dalam kelas pada saat proses bimbingan berlangsung. Observasi ini bertujuan untuk mengamati proses pemberian bimbingan saat di dalam kelas. Dengan observasi ini, praktikan mendapatkan gambaran dan informasi tentang cara memberikan bimbingan dan bagaimana mengelola kelas supaya berjalan dengan baik.

Dalam kegiatan layanan klasikal yang di lakukan oleh guru BK tersebut, terdapat beberapa hal yang menjadi sasaran utama dalam melakukan observasi yaitu:

- a. Cara membuka bimbingan
  - 1) Cara penyajian bimbingan
  - 2) Penggunaan bahasa
  - 3) Gerak
  - 4) Teknik layanan yang digunakan
  - 5) Penggunaan media
  - 6) Cara memotivasi siswa
  - 7) Teknik penguasaan kelas
  - 8) Bentuk dan cara evaluasi
- b. Perilaku siswa pada saat mengikuti layanan konsultasi
  - 1) Perhatian siswa saat diadakan layanan konsultasi
  - 2) Sopan santun
  - 3) Keberanian berpendapat
  - 4) Keaktifan siswa
  - 5) Menghormati pendapat orang lain
  - 6) Menghormati pembimbing

- 7) Kerapian pakaian
  - 8) Keramaian kelas
- c. Perilaku siswa di luar kelas

Perilaku siswa di luar kelas mencakup segala aktivitas yang dilakukan siswa baik kelakuan, kerapian, ketertiban, pelaksanaan ekstrakurikuler, dan sebagainya.

- d. Administrasi Layanan BK

Data-data yang di observasi oleh mahasiswa praktikan yaitu:

- 1) Program tahunan
- 2) Program semester
- 3) Program bulanan
- 4) Program mingguan
- 5) Alat pengumpul data
- 6) Data-data Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil observasi, praktikan melaksanakan beberapa kegiatan Praktik Persekolahan. Praktik persekolahan yang dilaksanakan berupa praktik di sekolah yang secara tidak langsung berhubungan dengan Bimbingan dan Konseling. Praktik persekolahan yang dilakukan selama PPL yaitu:

1. Pengolahan dan input data kelas VII
2. Mengolah IKMS dan angket kebutuhan layanan siswa
3. Konseling individu
4. Konseling kelompok
5. Bimbingan kelompok
6. Bimbingan klasikal
7. Home visit
8. Pembuatan leaflet
9. Pembuatan papan bimbingan
10. Pembuatan poster.

### C. Praktik Bimbingan dan Konseling

Selama melakukan praktik di SMP Negeri 2 Tempel, praktikan melaksanakan bimbingan langsung berupa bimbingan klasikal sebanyak 5 kali, konseling individu sebanyak 2 kali, bimbingan kelompok 1 kali, home visit sebanyak 2 kali, dan bimbingan tidak langsung leaflet, papan bimbingan dan poster.

#### 1. Layanan Dasar

Pelayanan dasar diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada seluruh konseli melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam rangka mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap dan tugas-tugas perkembangan (yang dituangkan sebagai standar kompetensi kemandirian) yang diperlukan dalam pengembangan kemampuan memilih dan mengambil keputusan dalam menjalani kehidupannya.

##### a. Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal adalah program yang dirancang untuk melakukan kontak langsung dengan peserta didik di kelas. Praktikan memberikan bimbingan secara langsung di kelas. Bimbingan klasikal ini memungkinkan untuk memberikan bimbingan kepada sejumlah siswa sekaligus dalam satu waktu. Materi bimbingan klasikal yang dilaksanakan praktikan sebagai berikut:

- 1) Konsep Diri
- 2) Mengembangkan Kreatifitas Bepikir
- 3) Bullying
- 4) Meningkatkan Percaya Diri

Praktik bimbingan klasikal yang telah dilakukan praktikan yaitu:

##### 1) Bimbingan klasikal 1

- |         |                                       |
|---------|---------------------------------------|
| Bentuk  | : Ceramah, mengisi angket dan diskusi |
| Sasaran | : Siswa Kelas IX                      |
| Materi  | : Mengenal konsep diri                |

Pelaksanaan : Rabu, 12 Agustus 2015  
Pendukung : Siswa tertarik dan antusias dengan metode yang praktikan gunakan. Selain itu, praktikan juga menggunakan media powerpoint dengan tampilan yang menarik untuk menyajikan materi.  
Penghambat : Praktikan belum mampu mengkondisikan kelas dengan baik sehingga masih terbawa dengan kemauan siswa.  
Solusi : Mencoba untuk lebih beradaptasi dan mengkondisikan kelas sehingga materi akan lebih terarah.

2) Bimbingan klasikal 2

Bentuk : Diskusi, dan games  
Sasaran : Siswa Kelas VII  
Materi : Mengembangkan kreatifitas berfikir  
Pelaksanaan : Kamis, 20 Agustus 2015  
Pendukung : Siswa tertarik dengan metode yang digunakan oleh praktikan.  
Penghambat : Praktikan masih belum bisa menguasai kelas yang gaduh dan dalam penjelasan games yang disampaikan kurang terarah karena suasana kelas yang kurang kondusif.  
Solusi : Mencoba untuk lebih bisa mengkondisikan suasana kelas.

3) Bimbingan klasikal 3

Bentuk : Ceramah, pemutaran video dan diskusi  
Materi : Stop bullying  
Pelaksanaan : Jum'at, 21 Agustus 2015

Pendukung : Siswa tertarik dengan materi yang disampaikan dan dengan adanya pemutaran video siswa juga antusias menyaksikannya

Penghambat : LCD yang tidak bisa digunakan diruang kelas karena rusak.

Solusi : Dengan berkoordinasi dengan guru pembimbing akhirnya di pindahkan ke ruang laboratorium karena memiliki LCD dan tempatnya memadai.

#### 4) Bimbingan klasikal 4

Bentuk : Ceramah, pemutaran video dan diskusi

Materi : Meningkatkan percaya diri

Pelaksanaan : Senin, 31 Agustus 2015

Pendukung : Siswa antusias dengan video yang disajikan.

Penghambat : Sulit untuk mengkondusifkan kelas dan sulit untuk membuat siswa fokus terhadap materi yang disampaikan.

Solusi : Mencoba untuk mengkondisikan kelas agar lebih kondusif lagi sehingga materi yang disampaikan bisa tersampaikan.

#### b. Layanan Informasi

Maksud layanan informasi adalah suatu materi kegiatan yang berupa informasi atau keterangan yang akan disampaikan kepada siswa yang dipandang bermanfaat bagi peserta didik. Layanan informasi bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan dan mengembangkan pola kehidupan sebagai pelajar, anggota keluarga dan anggota masyarakat.

Materi layanan informasi yang disampaikan secara tidak langsung adalah:

1) Belajar Efektif dan Efisien

Materi ini disampaikan kepada siswa melalui media leaflet yang disajikan dengan tampilan menarik dan dibagikan ke siswa. Melalui materi ini siswa diharapkan memahami tentang belajar yang efektif dan efisien, sehingga siswa dapat belajar dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

2) Be Positive Thinker

Materi ini akan disampaikan melalui media papanbimbingan. Materi ini memuat tentang cara agar orang bisa positif thinking.

c. Bimbingan Kelompok

Bimbingan ini ditujukan untuk merespon kebutuhan dan minat para peserta didik. Bimbingan kelompok ini ditujukan untuk kelas VII dengan bertujuan mengakrabkan teman sebaya di dalam kelas dan diharapkan mereka dapat beradaptasi dengan baik. Selama PPL telah menyelenggarakan bimbingan kelompok sebanyak 1 kali dengan penjabaran sebagai berikut:

1) Bimbingan Kelompok 1

Dilaksanakan pada Kamis, 20 Agustus 2015 kepada peserta didik kelas VII D pukul 08.40 – 9.20. Materi yang disampaikan adalah kreatifitas. Selain itu, games digunakan sebagai pendukung dari kegiatan bimbingan kelompok ini.

d. Layanan Pengumpulan Data

Layanan pengumpulan data dimaksudkan untuk mengumpulkan data dan keterangan tentang peserta didik (baik secara individual maupun kelompok) guna membantu praktikan dalam memberikan layanan. Layanan penghimpun data ini dilakukan menggunakan IKMS dan Sosiometri. Selama layanan penghimpunan data ini berlangsung praktikan berkolaborasi dan

mendapatkan dukungan dari guru pembimbing dan rekan sesama PPL.

Dalam pengisian instrumen terdapat beberapa siswa yang belum mengisinya. Praktikan berusaha untuk menyebar instrumen lagi bagi yang belum mengumpulkan. Tindak lanjut dari layanan penghimpun data ini digunakan untuk menentukan layanan yang sesuai diberikan kepada siswa.

#### 1) IKMS

Pengisian IKMS dilakukan dua kali. Dimana pertama dilakukan pada tanggal 10 Agustus 2015 dan yang menjadi sampel IKMS pertama yaitu kelas VII A. Yang kedua dilakukan pada tanggal 11 Agustus 2015 di kelas VII C. Dalam hal ini, praktikan juga menganalisis hasil dari IKMS.

#### 2) Sosiometri

Pengisian sosiometri ini dilakukan pada sampel masing-masing angkatan yaitu pada kelas 7B, 8C dan 9D. Dimana dilakukan pengisian sosiometri masing-masing pada tanggal 15 Agustus 2015 dan 24 Agustus 2015. Dalam hal ini, praktikan juga menganalisis hasil dari Sosiometri tersebut.

## 2. Layanan Responsif

Layanan Responsif merupakan pemberian bantuan kepada konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak segera dibantu dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan.

### a. Konseling Individual

Tujuan konseling individual adalah membantu siswa mengatasi atau memecahkan masalah pribadinya secara face to face dengan menggunakan potensinya sendiri secara optimal dan agar siswa dapat memecahkan masalahnya dengan segera supaya tidak berlalut-larut.

Dalam hal ini, praktikan melakukan konseling individual dengan dua siswa yaitu:

1) YN

- a) Masalah yang dibahas : Konseli tidak mempunyai niat yang serius dalam belajar sehingga motivasi belajar rendah.
- b) Teknik yang digunakan : Person Centered
- c) Waktu pelaksanaan : Rabu, 19 Agustus 2015
- d) Tempat pelaksanaan : Ruang BK
- e) Hasil yang dicapai : Konseli mampu menemukan konsep dirinya yang lebih positif dan membantu konseli menemukan alternatif penyelesaian masalahnya.

2) SP

- a) Masalah yang dibahas : Konseli tertangkap basah merokok di sekolah
- b) Teknik yang digunakan : Realitas Therapy
- c) Waktu pelaksanaan : 3 September 2015
- d) Tempat pelaksanaan : Ruang BK
- e) Hasil yang dicapai : Membantu konseli untuk mampu berfikir secara lebih rasional lagi tentang apa yang dirasakan dan perilakunya sekarang.

b. Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok dimaksudkan bantuan yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan. Oleh karena itu, setiap anggota kelompok dapat menampilkan masalah yang dirasakannya.

Masalah tersebut "dilayani" melalui pembahasan yang intensif oleh seluruh anggota kelompok, masalah demi masalah, satu per satu, tanpa kecuali, sehingga semua masalah terbicarakan.

Dalam hal ini, praktikan melakukan konseling kelompok dengan satu kelompok siswa yang terdiri dari 4 orang, yaitu:

- a) Masalah yang dibahas : Ketidakhadiran anak dalam kelas olahraga yang diadakan setiap sore selama berkali-kali.
- b) Teknik yang digunakan : Person Centered
- c) Waktu pelaksanaan : Selasa, 1 September 2015
- d) Tempat pelaksanaan : Ruang BK
- e) Hasil yang dicapai : konseli mampu menemukan konsep dirinya yang lebih positif sehingga mampu membedakan antara keinginan dengan kewajiban. Serta mau berkomitmen terhadap keputusan yang dibuatnya.
- f) Referral

Dalam memberikan bimbingan terkadang praktikan menemukan masalah yang tidak dapat diatasinya dan bukan merupakan kewenangannya. Oleh karena itu, praktikan atau guru pembimbing melakukan tindakan referral kepada orang atau pihak yang lebih mampu dan berwenang apabila inti permasalahan siswa berada di luar kewenangan/kemampuannya.

Selama melakukan praktik bimbingan dan konseling di SMP N 2 Tempel praktikan tidak melakukan referral di karenakan konseli merasa sudah cukup terbantu dan tidak perlu mendapatkan referral.

#### c. Kolaborasi dengan Orang Tua

Konselor perlu melakukan kerjasama dengan para orang tua peserta didik. Kerjasama ini penting agar proses bimbingan terhadap peserta didik tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga oleh orang tua di rumah. Melalui kerjasama ini memungkinkan terjadinya saling memberikan informasi,

pengertian, dan tukar pikiran antar konselor dan orang tua dalam upaya mengembangkan potensi peserta didik atau memecahkan masalah yang mungkin dihadapi peserta didik.

Kolaborasi dengan orang tua sejauh ini dilaksanakan oleh guru BK SMP N 2 Tempel dengan mengadakan rapat pendampingan bersama orangtua dan wali murid yang bertujuan untuk memberikan informasi seputar potensi siswa serta meraih kesepakatan pada tata tertib siswa.

d. Kolaborasi dengan Pihak Luar Sekolah.

Kolaborasi dengan pihak luar sekolah yaitu berkaitan dengan upaya sekolah untuk menjalin kerjasama dengan unsur-unsur masyarakat yang dipandang relevan dengan peningkatan mutu pelayanan bimbingan.

Selama praktikan melakukan PPL di SMP N 2 Tempel, tidak ada lembaga yang berkolaborasi dengan BK dikarenakan kolaborasi tersebut sudah dilakukan pada bulan Juli saat penerimaan siswa baru dan tidak adanya lagi rencana tersebut pada bulan selanjutnya.

e. Konferensi Kasus

Konferensi kasus yaitu kegiatan untuk membahas permasalahan peserta didik dalam suatu pertemuan yang dihadiri oleh pihak-pihak yang dapat memberikan keterangan, kemudahan dan komitmen bagi terentaskannya permasalahan peserta didik itu. Pertemuan konferensi kasus ini bersifat terbatas dan tertutup.

Penyelenggaraan konferensi kasus merupakan pembahasan permasalahan yang dialami oleh siswa tertentu dalam suatu forum yang dihadiri oleh pihak-pihak yang terkait yang diharapkan dapat memberikan data dan keterangan lebih lanjut serta kemudahan-kemudahan bagi terentaskannya permasalahan tersebut. Pertemuan ini bersifat terbatas dan tertutup.

Selama PPL di SMP N 2 Tempel, praktikan melakukan konferensi kasus terhadap setiap permasalahan siswa yang sudah ditangani dengan guru BK agar dapat menentukan langkah selanjutnya.

f. Kunjungan Rumah (home visit)

Kunjungan rumah adalah suatu kegiatan pembimbing untuk mengunjungi rumah klien (siswa) dalam rangka untuk memperoleh berbagai keterangan-keterangan yang diperlukan dalam pemahaman lingkungan dan permasalahan siswa, dan untuk pembahasan serta pengentasan permasalahan siswa tersebut.

Praktikan melakukan kunjungan rumah yaitu ke rumah siswa Agil Setya di Ds.Jambean, Sumberejo, Tempel. Kunjungan rumah dilaksanakan pada tanggal 7 September 2015 dan pada tanggal 9 September mengunjungi rumah Riyan dikarenakan keduanya sering ijin pelajaran untuk istirahat di ruang UKS. Hal tersebut dipicu karena penyakitnya yang di deritanya. Kunjungan rumah ini dimaksudkan untuk menanyakan kejelasan terkait perilaku siswa tersebut dan mencari solusi terhadap permasalahannya. Praktikan melakukan kolaborasi dengan sesama mahasiswa PPL BK dalam pelaksanaan kunjungan rumah.

3. Perencanaan Individual

Perencanaan individual dimaksudkan untuk membantu peserta didik menganalisis kekuatan dan kelemahan dirinya berdasarkan data atau informasi yang diperoleh, yaitu yang menyangkut pencapaian tugas-tugas perkembangan, atau aspek-aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier. Melalui kegiatan penilaian diri ini, peserta didik akan memiliki pemahaman, penerimaan, dan pengarahan dirinya secara positif dan konstruktif. Pelayanan perencanaan individual ini dapat dilakukan juga melalui pelayanan penempatan (penjurusan, dan penyaluran), untuk membentuk peserta didik menempati posisi yang sesuai dengan bakat dan minatnya.

Selama PPL layanan perencanaan individual tidak di berikan karna keterbatasannya waktu.

#### D. Hambatan

Dalam melaksanakan kegiatan layanan bimbingan dan konseling, praktikan menghadapi berbagai hambatan baik secara teknis maupun non teknis, tetapi berkat kerja keras dan dukungan dari berbagai pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi. Adapun hambatan-hambatan dan cara mengatasinya dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling yaitu:

##### 1. Layanan Dasar

###### a. Bimbingan Klasikal

Terdapat beberapa kelas yang sulit kondusif sehingga terkadang menyulitkan praktikan pada saat berada di dalam kelas.

###### b. Layanan Pengumpulan Data

1) Dalam penggunaan IKMS, siswa cenderung sulit paham terhadap kalimat yang digunakan. Selain itu, butir soal yang terlalu banyak membuat siswa tidak selesai mengerjakan hanya pada satu jam pelajaran saja.

2) Dalam penyebaran angket sosiometri, terdapat beberapa anak yang mengisinya hanya asal-asalan dan tidak sesuai dengan instruksi sehingga sedikit menyulitkan pada saat pemrosesan data.

##### 2. Layanan Responsif

###### a. Konseling Individual

1) Kurangnya kesadaran anak terhadap permasalahan yang dihadapi sehingga siswa-siswa di SMP N 2 Tempel sedikit yang berinisiatif untuk datang ke ruang BK. Hal ini menyulitkan praktikan dalam hal mencari konseli untuk melakukan konseling individual.

2) Biasanya siswa tidak memenuhi panggilan praktikan untuk melakukan konseling sehingga membuat praktikan meminta bantuan kepada guru BK untuk memanggil siswa tersebut.

b. **Konseling Kelompok**

Ada beberapa hal yang belum di pahami oleh praktikan karna belum mengikuti mata kuliah praktikum konseling kelompok.

## BAB III PENUTUP

### A. Kesimpulan

Kegiatan PPL BK dilakukan dalam rangka peningkatan ketrampilan dan pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk program layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan oleh seorang guru pembimbing, dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas memberikan layanan bimbingan di sekolah yang profesional. Kegiatan PPL BK di SMP Negeri 2 Tempel berfungsi sebagai tempat untuk mengaplikasikan kanteori-teori yang sudah didapat selama menjalani proses perkuliahan. Melalui PPL ini praktikan mendapat pengalaman berharga sebagai bekal dalam mengembangkan potensi diri untuk menjadi tenaga pendidik profesional, memiliki nilai, sikap ilmiah serta ketrampilan sesuai bidangnya.

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 23 sampai dengan 30 Februari 2015, praktikan melakukan analisis kebutuhan peserta didik SMP Negeri 2 Tempel, kemudian melakukan analisis kebutuhan peserta didik lagi pada tanggal 10 - 11 Agustus 2015 menggunakan IKMS serta pada minggu selanjutnya melakukan penyebaran angket sosiometri. Hasil dari pengolahan data IKMS dan sosiometri dipergunakan sebagai acuan menyusun program bimbingan dan konseling. Program yang telah disusun dipergunakan untuk memberikan materi layanan selama kegiatan PPL berlangsung. Terdapat beberapa hal yang dapat disimpulkan, yaitu:

#### 1. Layanan Dasar

##### a. Bimbingan Klasikal

Praktikan telah berhasil memberikan bimbingan klasikal sebanyak 5 kali terdiri dari 2 layanan dasar. Materi yang diberikan dalam bimbingan klasikal antara

b. Layanan Informasi

Layanan informasi yang diberikan oleh praktikan dengan cara tidak langsung. Layanan bimbingan tidak langsung dilakukan melalui papan bimbingan sebanyak 1, dengan materi “Cyber bullying”. Layanan informasi yang diberikan secara tidak langsung lainnya adalah melalui leaflet dengan materi “Cara belajar Efektif dan Efisien” dan “Katakan Tidak pada Rokok”. Serta dalam bentuk poster yang terdiri dari bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir.

c. Layanan Bimbingan Kelompok

Praktikan telah melakukan layanan bimbingan kelompok sebanyak 1 kali dengan materi “Berfikir kreatif”

d. Layanan Pengumpulan Data

Praktikan melakukan layanan pengumpulan data melalui angket IKMS dan Sosiometri.

2. Layanan Responsif

a. Konseling Individual

Praktikan melakukan konseling individual dengan 2 konseli yaitu YN dengan masalah motivasi belajar rendah dan SP dengan masalah tertangkap basah merokok di sekolah.

b. Konseling Kelompok

Praktikan melakukan konseling kelompok dimana dalam satu kelompok terdiri dari 5 orang siswa dengan masalah komitmen dalam kelas olahraga.

Praktikan melaksanakan beberapa kegiatan praktik persekolahan secara tidak langsung berhubungan dengan kegiatan Bimbingan dan Konseling. Praktik persekolahan tersebut antara lain terkait dengan pengarsipan berkas siswa baru, pengolahan data siswa yang bersifat administratif, dan sebagainya.

## B. Saran

Terdapat beberapa saran yang ingin praktikan sampaikan, antara lain:

1. Bagi guru di harapkan dapat mempertahankan kualitas kerja yang sudah baik. Meningkatkan pelayanan pada siswa lebih baik lagi. Sehingga BK tidak lagi menjadi tempat yang menakutkan bagi siswa dan kesadaran siswa akan pentingnya BK semakin meningkat.
2. Bagi sekolah diharapkan agar meningkatkan hubungan antara pihak sekolah dengan UNY sehingga kegiatan PPL ini akan bermanfaat bagi kemajuan dan pengembangan kualitas di SMP Negeri 2 Tempel dan adanya peningkatan kerjasama dengan seluruh mahasiswa PPL dalam setiap kegiatan sehingga mendapatkan hasil yang maksimal dalam pelaksanaan kegiatan.
3. Bagi pihak LPPMP diharapkan dapat meningkatkan mekanisme pembekalan PPL yang lebih terarah dan lebih terencana dengan matang serta lebih efektif dan efisien agar mahasiswa PPL benar-benar siap untuk diterjunkan ke lapangan

## DAFTAR PUSTAKA

- MuhNurwangid, Sugihartono, danAgusTriyanto. 2014. Panduan PPL PraktikPengalamanLapangan Program StudiBimbingandanKonseling. Tidakditerbitkan.
- Tim Pembekalan KKN-PPL, 2015. Agenda PPL-KKN.Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta
- Tim Pembekalan PPL. 2015. Panduan Pengajaran Mikro. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta
- Tim Pembekalan PPL. 2015. Panduan PPL. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta
- Tim Pembekalan PPL. 2015. 101 Tips Menjadi Guru Sukses. Yogyakarta: LPPMP UniversitasNegeri Yogyakarta

# Lampiran



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN  
BIMBINGAN KLASIKAL  
SEMESTER GASAL TAHUN 2015/2016

1. Topik : Stop Bullying
2. Bidang : BK Sosial
3. Tujuan :
  - a. Tujuan Umum :  
Memberi pemahaman dan membantu pengembangan diri dan hubungan sosial pada siswa kelas VIII SMP 2 TEMPEL
  - b. Tujuan Khusus :  
Memberi kesadaran tentang bahaya perilaku bullying
4. Fungsi : Pemahaman dan Preventif
5. Sasaran : Siswa kelas VIII
6. Waktu : 1 X 40 menit
7. Pihak Terkait : -
8. Metode/Teknik : Video dan Diskusi
9. Media/Alat : Laptop, LCD, alat tulis, kertas
10. Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan		Waktu
	Guru BK	Peserta Didik	
Pembukaan	Memandu membuka kelas dengan salam dan berdoa.	Mengikuti panduan guru, membuka kelas dengan menjawab salam dan berdoa	2 menit

	Memperkenalkan topik yang akan dibahas dalam kelas	Menyimak	3 menit
Inti	Menjelaskan materi melalui PPT	Mendengarkan dengan seksama penjelasan dari guru BK	5 menit
	Menayangkan film pendek “anti bullying”	Memperhatikan film yang ditampilkan	10 menit
	Mengajak peserta didik untuk berdiskusi tentang film dan pengalamannya tentang bullying	Terlibat aktif dalam diskusi	10 menit
Penutup	Menyimpulkan isi kegiatan yang telah dilakukan	Memberikan testimony tentang kegiatan yang telah dilakukan	8 menit
	Memandu menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	Mengikuti panduan guru, menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	2 menit

11. Evaluasi :

Laiseg :

- konselor meminta peserta didik untuk menarik kesimpulan tentang film yang ditayangkan.
- konselor meminta peserta didik untuk menuliskan apa yang mereka dapat dari penayangan film pendek dan layanan yang telah disampaikan, serta menuliskan pengalaman mereka tentang perilaku bullying (baik sebagai korban, pelaku dan saksi perilaku bullying).

Laijapen :

- Bekerjasama dengan guru mata pelajaran dan wali kelas untuk memantau perkembangan hubungan antarpersonal siswa.

Laijapan :

- Berkomunikasi dengan siswa dalam jangka waktu tertentu.

12. Sumber Bahan :

Video : Stop it! (youtube)

Bullying fact – Bullying in Indonesia (<http://nobullying.com/bullying-in-indonesia/>)

Rudi, Tisna. (2010). Indonesia Anti Bullying – Informasi Prihal Bullying

([https://bigloveadagio.files.wordpress.com/2010/03/informasi\\_perihal\\_bullying.pdf](https://bigloveadagio.files.wordpress.com/2010/03/informasi_perihal_bullying.pdf))

13. Tindak lanjut :

- Apabila layanan ini dibutuhkan secara berkelanjutan, maka guru BK mendesain materi untuk sesi selanjutnya.
- Kegiatan ini juga bisa ditindak lanjuti dengan konseling individual atau kelompok jika diperlukan.

14. Lampiran : Lampiran materi dan lampiran evaluasi

Yogyakarta, Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa Praktikan,

AdikSuwanti,S.Pd  
NIP. 19670313 198903 2 010

MiftahFaturochman  
NIM. 12104241051

LAMPIRAN 1  
LEMBAR EVALUASI

a. Evaluasi Proses :

No	Hal yang diamati	Nilai		
		A	B	K
1	Antusiasme siswa mengikuti program			
2	Keaktifan siswa dalam diskusi			
3	Munculnya pertanyaan kritis			

Ket :      B= Baik                      C=Cukup                      K=Kurang

b. Evaluasi Hasil :

No	Pertanyaan
1	Apa yang dimaksud bullying? Mengapa bullying itu berbahaya dan harus dihentikan?
2	Bullying apa saja yang terjadi disekitar ? dan apakah kamu terlibat didalam bullying?
3	apa yang akan kamu lakukan untuk menghentikan bullying yang terjadi di lingkungan mu?

LAMPIRAN 2  
MATERI LAYANAN  
BULLYING

A. Definisi Bullying

Professor Dan Olweus pada tahun 1993 telah mendefinisikan bullying yang mengandung tiga unsur mendasar perilaku bullying, yaitu:

1. Bersifat menyerang (agresif) dan negatif.
2. Dilakukan secara berulang kali.
3. Adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat.

Olweus kemudian meng-identifikasikan dua subtype bullying, yaitu perilaku secara langsung (Direct bullying), misalnya penyerangan secara fisik dan perilaku secara tidak langsung (Indirect bullying), misalnya pengucilan secara sosial. Underwood, Galen, dan Paquette di tahun 2001, mengusulkan istilah “Social Aggression“ untuk perilaku menyakiti secara tidak langsung.

Riset menunjukkan bahwa bentuk bullying tidak langsung, seperti pengucilan atau penolakan secara sosial, lebih sering digunakan oleh perempuan daripada laki-laki (Banks 1997; Olweus 1997, 1999). Sementara anak laki-laki menggunakan atau menjadi korban tipe bullying secara langsung, misalnya penyerangan secara fisik (Nansel et al. 2001; Olweus 1997).

Berdasarkan definisi di atas, dapat kita simpulkan bahwa bullying adalah perilaku agresif dan negatif seseorang atau sekelompok orang secara berulang kali yang menyalahgunakan ketidakseimbangan kekuatan dengan tujuan untuk menyakiti targetnya (korban) secara mental atau secara fisik.

Kalau hanya kadang-kadang biasanya tidak dianggap sebagai bullying, kecuali jika sangat serius. Misalnya kekerasan fisik atau ancaman kekerasan fisik yang membuat korban merasa tidak aman secara permanen.

Ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku bullying dan target (korban) bisa bersifat nyata maupun bersifat perasaan. Contoh yang bersifat real misalnya berupa ukuran badan, kekuatan fisik, gender (jenis kelamin), dan status sosial. Contoh yang bersifat perasaan, misalnya perasaan lebih superior dan kepandaian bicara atau pandai bersilat lidah.

Unsur ketidakseimbangan kekuatan inilah yang membedakan bullying dengan bentuk konflik yang lain. Dalam konflik antar dua orang yang kekuatannya sama, masing-masing memiliki kemampuan untuk menawarkan solusi dan berkompromi untuk menyelesaikan masalah.

Dalam kasus bullying, ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku bullying dan korbannya menghalangi keduanya untuk menyelesaikan konflik mereka sendiri, sehingga perlu kehadiran pihak ketiga. Sebagai contoh, anak kecil yang mendapat perlakuan bullying dari teman sebayanya, perlu bantuan orang dewasa.

## B. Jenis Perilaku Bullying

1. Bullying fisik (mendorong, menendang, memukul, menampar).
2. Bullying verbal (Misalnya panggilan yang bersifat mengejek atau celaan).
3. Bullying mental (mengancam, intimidasi, pemerasan, pemalakan).
4. Bullying sosial, misalnya menghasut dan mengucilkan.
5. Cyber Bullying, merupakan perbuatan bullying melalui medium internet dan teknologi digital, misalnya ponsel, SMS, MMS, email,

Instant Messenger, website, situs jejaring sosial, blog, dan online forum.

### C. Motivasi Pelaku Bullying

Motivasi seseorang untuk melakukan bullying bisa berdasarkan kebencian, perasaan iri dan dendam. Bisa juga karena untuk menyembunyikan rasa malu dan kegelisahan, atau untuk mendorong rasa percaya diri dengan mennganggap orang lain tidak ada artinya.

### D. Motivasi Pelaku Bullying

“Bullying Menyakiti Semua Orang”, bullying tidak hanya berpengaruh pada korban saja melainkan juga berdampak pada pelaku dan saksi bullying.

#### KORBAN

Bullying dapat menimbulkan perasaan tidak aman, terisolasi, perasaan harga diri yang rendah, depresi atau menderita stress yang dapat berakhir dengan bunuh diri.

#### PELAKU

Bullying dapat menimbulkan perasaan bersalah dari hati nuraninya sendiri, kerusakan reputasi, kehilangan rasa hormat dan kepercayaan orang lain hingga permasalahan hukum.

#### SAKSI

Bullying dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman, merasa tidak aman, dan dapat mengalami stress seperti menjadi korban bullying.



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN  
BIMBINGAN KLASIKAL  
SEMESTER GASAL TAHUN 2015/2016

15. Topik : Menegal konsep diri
16. Bidang : BK Pribadi
17. Tujuan :
- c. Tujuan Umum :  
Membantu siswa mengetahui tentang dirinya dan mampu mengaplikasikannya pada kehidupan sehari-hari
- d. Tujuan Khusus :  
Siswa dapat menentukan perubahan pada diri agar menjadi lebih baik di kehidupan selanjutnya
18. Fungsi : Pemahaman
19. Sasaran : Siswa kelas IX
20. Waktu : 1 X 40 menit
21. Pihak Terkait : -
22. Metode/Teknik : Ceramah dan angket
23. Media/Alat : Powerpoint
24. Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan		Waktu
	Guru BK	Peserta Didik	
Pembukaan	Memandu membuka kelas dengan salam dan berdoa.	Mengikuti panduan guru, membuka kelas dengan menjawab salam	2 menit

		dan berdoa	
	Memperkenalkan topik yang akan dibahas dalam kelas	Menyimak	3 menit
Inti	Menjelaskan materi tentang konsep diri melalui PPT	Mendengarkan dengan seksama penjelasan dari guru BK	5 menit
	Mengajak peserta didik untuk mengisi lembaran piagam perubahan diri	Terlibat aktif dalam mengisi lembar piagam perubahan diri	20 menit
Penutup	Menyimpulkan isi kegiatan yang telah dilakukan	Memberikan testimony tentang kegiatan yang telah dilakukan	8 menit
	Memandu menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	Mengikuti panduan guru, menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	2 menit

25. Evaluasi : (lampiran)

26. Sumber Bahan :

Tim penyusun. 2011. kumpulan lengkap materi bimbingan dan konseling.

Yogyakarta: paramita publishing

27. Tindak lanjut :

- Apabila layanan ini dibutuhkan secara berkelanjutan, maka guru BK mendesain materi untuk sesi selanjutnya.
- Kegiatan ini juga bisa ditindak lanjuti dengan konseling individual atau kelompok jika diperlukan.

28. Lampiran : Lampiran materi

Yogyakarta, Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa Praktikan,

AdikSuwanti,S.Pd

NIP. 19670313 198903 2 010

MiftahFaturochman

NIM. 12104241051

LAMPIRAN 1  
LEMBAR EVALUASI

c. Evaluasi Proses :

No	Hal yang diamati	Nilai		
		A	B	K
1	Antusiasme siswa mengikuti program			
2	Keaktifan siswa dalam diskusi			
3	Munculnya pertanyaan kritis			

Ket :      B= Baik                      C=Cukup                      K=Kurang

d. Evaluasi Hasil :

No	Pertanyaan
1	Apa yang kamu ketahui tentang konsep diri?
2	Apa kamu menyadari kelebihan dan kekurangan diri mu?
3	apa yang akan kamu lakukan untuk mengurangi hal negatif yang ada pada diri?

LAMPIRAN 2  
MATERI LAYANAN  
KONSEP DIRI

Konsep diri merupakan keseluruhan pandangan seseorang tentang dirinya sendiri. Dengan kata lain konsep diri juga merupakan potret tentang bagaimana seseorang melihat, menilai, menyikapi diri dan idealismenya. Konsep diri memiliki tiga unsur, yaitu :

a. Pengetahuan tentang diri sendiri

Wawasan tentang diri ini semakin luas sesuai dengan perkembangan dinamika konsep dirinya. Misalnya : Nama saya Nurul, periang, suka warna merah, senang matematika dan lain-lain.

b. Penghargaan terhadap diri sendiri (diri ideal)

Disebut juga “Diri Ideal”, yaitu harapan dan kemungkinan dirinya menjadi apa kelak sesuai dengan idealismenya. “Diri ideal” setiap orang berbeda-beda, ada yang mengharap dirinya menjadi dokter yang sukses, insinyur, pengacara yang jujur, psikolog yang taqwa, sebaliknya adapula orang yang ingin meraih popularitas dalam bermasyarakat.

c. Penilaian terhadap diri sendiri

Disadari atau tidak setiap saat kita selalu menilai diri sendiri. Khususnya menilai setiap tingkah lakunya. Contoh : Saya pintar pelajaran matematika, tetapi saya lemah dalam pelajaran bahasa. Hasil penilaian, antara harapan yang dibentangkan dengan fakta yang ada di dalam diri akan menghasilkan “Rasa Harga Diri”. Semakin labar ketidak sesuaian antara keinginan dan keadaan nyata pada diri sendiri maka, “semakin rendah rasa harga dirinya”. Sebaliknya orang yang hidupnya mendekati standar keinginannya, menyukai apa yang dikerjakannya maka akan “semakin tinggi rasa harga dirinya”.

### Perbedaan Konsep Diri Positif dan Negatif

a. Konsep Diri Positif ada dalam diri orang yang mampu menerima keadaan dirinya secara apa adanya dengan menerima resiko kekuatan dan kelemahannya. Dia tidak merasa terancam ketika di kritik serta tidak hanyut sewaktu dipuji dan sanjung.

b. Konsep Diri Negatif terjadi pada individu yang tidak banyak mengetahui tentang dirinya, tidak melihat dirinya secara utuh kelebihan maupun kekurangannya. Misalnya : terlalu melihat kelebihan diri saja (menjadi sombong) atau hanya memandang kekurangan diri (menjadi rendah diri).

Menguji Konsep Diri

PIAGAM PERUBAHAN DIRI

1. Hal-hal yang paling anda sukai/syukuri atas diri dan kehidupan anda:

.....  
.....  
.....  
.....

2. karya seni (lagu, lukisan, sastra dan lain-lain) yang paling bermakna dalam kehidupan anda:

.....  
.....  
.....  
.....

3. Pengalaman pada masa kecil yang sangat mengesankan adalah

.....  
.....  
.....  
.....

4. Seandainya menjadi tokoh atau bintang, anda ingin menjadi :

.....  
.....

5. Jika mempunyai kemampuan untuk melakukan, anda akan mengubah diri anda khususnya dalam hal :

.....  
.....



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN  
BIMBINGAN KLASIKAL  
SEMESTER GASAL TAHUN 2015/2016

29. Topik : Mengembangkan kreatifitas berfikir
30. Bidang : BK Pribadi
31. Tujuan :
- a. Tujuan Umum :  
mencapai kematangan/kedewasaan cipta- rasa-karsa secara tepat dalam  
kehidupannya sesuai nilai-nilai luhur
- b. Tujuan Khusus :
- Siswa dapat menyadari pentingnya berfikir kreatif
  - Siswa dapat mengetahui cara membiasakan berfikir kreatif.
32. Fungsi : Pemahaman
33. Sasaran : Siswa kelas VII
34. Waktu : Selasa, 18 Agustus 2015 (1 X 40 menit)
35. Pihak Terkait : -
36. Metode/Teknik : games dan diskusi
37. Media/Alat : Kertas dan alat tulis
38. Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan		Waktu
	Guru BK	Peserta Didik	
Pembukaan	Memandu membuka kelas dengan salam dan berdoa.	Mengikuti panduan guru, membuka kelas dengan	2 menit

		menjawab salam dan berdoa	
	Memperkenalkan topik yang akan dibahas dalam kelas	Menyimak	3 menit
Inti	Mengarahkan siswa dalam permainan “nama kreatif”	Terlibat aktif dalam permainan dan membuat ”nama kreatif”	5 menit
	Memberi arahan untuk diskusi membahas permainan sebelumnya	Terlibat aktif dalam diskusi	5 menit
	Mengarahkan siswa untuk permainan selanjutnya yaitu permainan “Out of the Box”	Terlibat aktif dalam permainan dan membuat “Out of the Box”	5 menit
	Memberi arahan untuk diskusi membahas permainan sebelumnya	Terlibat aktif dalam diskusi	10 menit
Penutup	Menyimpulkan isi kegiatan yang telah dilakukan	Memberikan testimony tentang kegiatan	8 menit

		yang telah dilakukan	
	Memandu menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	Mengikuti panduan guru, menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	2 menit

39. Evaluasi : (Terlampir)

40. Sumber Bahan :

Suwarjo dan Eva, I. E. (2013). 55 Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta: Paramitra Publishing.

Vincentius E.S dan Mendah, M. (2008). 100 Permainan Kreatif Untuk Ountbond & Training. Yogyakarta : Andi Offset

[http://www.erfolgkimia.com/2014/04/kenapa-kreatif\\_3.html](http://www.erfolgkimia.com/2014/04/kenapa-kreatif_3.html)

<http://www.untukku.com/artikel-untukku/mengapa-harus-berfikir-kreatif-untukku.html>

<https://ardansirodjuddin.wordpress.com/2012/11/29/manfaat-kreativitas/>

41. Tindak lanjut :

- Apabila layanan ini dibutuhkan secara berkelanjutan, maka guru BK mendesain materi untuk sesi selanjutnya.
- Kegiatan ini juga bisa ditindak lanjuti dengan konseling individual atau kelompok jika diperlukan.

42. Lampiran : Lampiran materi dan Deskripsi permainan

Yogyakarta, Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa Praktikan,

AdikSuwanti,S.Pd  
NIP. 19670313 198903 2 010

MiftahFaturochman  
NIM. 12104241051



LAMPIRAN 2  
MATERI LAYANAN  
Upaya Mengembangkan Kreativitas

A. Pengertian

Suatu cara berpikir dimana seseorang mencoba menemukan hubungan-hubungan baru untuk memperoleh jawaban baru terhadap suatu masalah. Cara berpikir yang dipenuhi dengan ide atau gagasan dalam mengembangkan daya imajinasi.

B. Mengapa Kreativitas Penting?

- Hidup selalu berhadapan dengan masalah sehingga diperlukan adanya ide-ide kreatif untuk mengatasi dan memecahkan masalah.
- Persaingan tidak pernah berhenti sehingga harus selalu kreatif dalam menghasilkan ide-ide untuk membuat atau memperbaiki produk agar tetap unggul.
- Seringkali yang membedakan seseorang dengan yang lain adalah kreativitas dirinya dalam hal mencari solusi, menghasil ide-ide terobosan, dan dalam menjalankan tugas Anda.
- Orang kreatif tidak menyerah menyerah, karena selalu memiliki solusi alternatif.

C. Menurut psikolog Robert W. Olson, hambatan-hambatan seseorang untuk menjadi kreatif antara lain:

- a. Kebiasaan: kebiasaan dalam melaksanakan pekerjaan yang sama dengan cara yang sama
- b. Waktu: kesibukan sering dijadikan alasan untuk tidak kreatif, padahal setiap orang, baik yang kreatif sekalipun mempunyai waktu yang sama 1 hari 24 jam
- c. Dibanjiri masalah: Hidup tidak terlepas dari yang namanya masalah, Tetapi jika kita mampu menentukan skala prioritas, maka kita dapat memandang semua masalah sebagai tantangan kreatif.
- d. Tidak ada masalah: Kita adalah makhluk pemecah masalah yang terusmenerus menghadapi dan memecahkan sejumlah masalah. Jika masalah kita dipecahkan secara otomatis atau menurut kebiasaan, kita tidak akan pernah mempunyai masalah.
- e. Takut gagal: kegagalan manusia dalam berusaha dapat berbentuk pengasingan, kritik, kehilangan waktu, kehilangan pendapatan, kecelakaan. Akan tetapi, lebih baik gagal dari pada tidak pernah mencoba.

- f. Kebutuhan akan sebuah jawaban sekarang: Manusia tidak mau mengalami kesulitan karena tidak memiliki jawaban langsung. Jadi ketika masalah dikemukakan, kita secara langsung memberikan pemecahan.
- g. Kurang memperluas wawasan : Setiap orang harus terus belajar mengembangkan diri, memperluas wawasan dengan membaca dan praktik.
- h. takut bersenang-senang : Manusia sering tidak sadar bahwa rileks, bergembira, dan santai merupakan aspek-aspek penting dari proses pemecahan masalah secara kreatif, sedangkan situasi tegang dan stres akan menumpulkan kreativitas seseorang.
- i. Dibutuhkan ide-ide dan gagasan yang fleksibel: Setiap gagasan dan ide baru dan segar akan selalu merangsang kreativitas seseorang, akan tetapi ide pemecahan masalah di suatu tempat belum tentu tepat diberlakukan ditempat lain.

D. Tips agar terbiasa berpikir kreatif.

E.

1. Optimis dalam bertindak

Mulailah berpikir optimis bahwa sesuatu pekerjaan yang akan dihadapi “pasti” bisa dilakukan dan bukan “mungkin” bisa dilakukan. Pola berpikir seperti itu melatih kita untuk tidak menyerah dan bertanggung jawab untuk harus “bisa” dilakukan. Kita menjadi lebih berani untuk masuk ke dalam suatu tantangan dan melatih memeras otak untuk dapat mewujudkan tekad.

2. Tinggalkan cara berpikir konservatif

Berani mencoba adalah awal mula keberhasilan. Sesuatu yang tampaknya tidak mungkin, pada kenyataannya akan berbicara lain setelah satu langkah penting; mencoba! Kekhawatiran terhadap suatu perubahan adalah musuh terbesar bagi orang yang berpikir kreatif. Mulailah berpikir dinamis, inovatif hingga terbiasa dengan pola berpikir yang efisien. Berbuat proaktif berarti membuat diri bebas memilih dalam bertindak, tentunya dengan perhitungan yang matang. Cobalah lakukan hal-hal baru yang belum pernah dicoba untuk memperkaya diri kita hingga mendapatkan suatu pengalaman.

3. Hindarkan pola berpikir “gengsi”

Seperti halnya pola pikir konservatif, gengsi adalah penghambat besar untuk orang-orang yang ingin berpikir kreatif. Wajar memang orang

merasa malu melakukan hal-hal yang sepertinya bukan merupakan levelnya, namun tentunya kita lebih mengagumi seseorang yang berani action dengan segera dari pada orang yang hanya jalan di tempat sambil menunggu kesempatan menghampiri tanpa berbuat apa-apa hanya karena gengsi melakukan yang dalam pikirannya “malu-maluin” atau sepele. Perkokoh mental kita untuk tidak gengsi atau malu karena tidak ada yang akan mencibir apabila apa yang kita lakukan adalah sesuatu yang positif, inovatif, dan kreatif.

4. Jagalah kuantitas dan kualitas pekerjaan

Sudah saatnya berpikir bahwa suatu pekerjaan atau teknologi akan selalu berubah ke arah yang lebih baik dan efisien. Kita pun yang ingin berpikir kreatif jangan cepat merasa puas dengan hasil yang ada. Kemungkinannya adalah perbaiki cara yang ada dengan yang lebih efisien, walaupun masih memberikan hasil yang sama, namun langkah efisien sudah memberikan poin positif. Kemungkinan lain adalah cara yang efisien memberikan hasil yang lebih baik. Dua kemungkinan yang sama-sama luar biasa. Sebaliknya, semakin cepat merasa puas berarti menutup diri terhadap pekerjaan lain yang dapat memperkaya perkembangan pemikiran, berarti tidak membuka tantangan baru, tidak tertuntut untuk berpikir cerdas dan kreatif. Kualitas yang baik mencerminkan keterampilan dalam bekerja, dan bekerja dengan baik mencerminkan kualitas kita dalam berpikir. Semakin tinggi kualitas hasil kerja, semakin tinggi kualitas dalam berpikir.

5. Malu bertanya sesat di jalan

Bertanya bukan berarti bodoh, rasa ingin tahu yang besar berarti semakin melatih pikiran untuk menjalin pola-pola masalah yang dipertanyakan menjadi suatu bentuk yang merupakan jawaban. Jadikan bertanya sebagai sarana mengembangkan daya kreativitas pikiran. Dengan bertanya, pemikiran kita akan bertemu dengan pemikiran orang lain yang dapat memperkaya cakrawala berpikir, dan dapat menghilangkan kecerobohan bahwa “pikiran kitalah yang paling benar”.

6. Jadilah pendengar yang baik

Dalam menghadapi kesulitan hidup, semakin kaya seseorang relatif lebih tenang dibandingkan dengan yang serba kekurangan. Kekayaan bukan saja dalam hal harta, namun kekayaan informasi bisa mengalahkan ketenangan si kaya harta. Keterbukaan dalam menerima informasi melatih pikiran untuk merespons suatu masalah berdasarkan konsep-konsep pikiran yang kita miliki. Menjadi pendengar yang baik berarti memahami betul maksud dari informasi yang diterima sehingga memberi kesempatan pada pikiran kita untuk melatih mengolah informasi tersebut dan merespons sesuai dengan yang dikehendaki dunia luar.

LAMPIRAN 3  
DESKRIPSI GAMES

Permainan 1

Judul : Nama Kreatif

Tujuan : Melatih kemampuan berfikir kreatif dan berimajinasi

Bidang : Pribadi sosial

Langkah Permainan :

1. Peserta menyiapkan kertas
2. Minta peserta mengamati teman sebangkunya. Lakukan selama satu menit
3. Tuliskan kesan pada temannya dengan menjabarkan nama teman dengan contoh seperti berikut:  
B =Baik  
U =Udik  
D =Diam dan pemalu  
I = Idaman
4. Minta peserta untuk membuat sekreatif mungkin
5. Hasilnya kemudian dipresentasikan dan dibandingkan dengan yang lain

Evaluasi dan refleksi :

1. Bagaimana rasanya dituntut berfikir cepat dan keluar dari hal yang biasa difikirkan?
2. Siapa yang paling kreatif dalam membuat artian nama?
3. Apa makna dari permainan ini?

Poin belajar yang diperoleh :

1. Mengasah kreatifitas dan daya imajinasi.
2. Mengungkapkan ide kreatif yang ada difikiran.

Permainan 2 :

Judul : Out Of The Box

Tujuan : Melatih daya imajinatif dan mendorong untuk melihat suatu hal dari sudut pandang yang berbeda.

Alat/ bahan : kertas

Langkah permainan :

1. Membagikan kertas pada siswa
2. Setiap siswa diminta memanfaatkan kertas tersebut untuk bisa masuk ke kepalanya
3. Hasil dari siswa dipresentasikan dan dibandingkan dengan yang lainnya.

Evaluasi dan refleksi :

1. Apa kesulitan dan kemudahan dalam kegiatan ini?
2. Bagaimana cara menggali pikiran supaya menghasilkan ide kreatif?
3. Apa makna dari permainan ini?

Point belajar :

Melalui berbagai pertanyaan dan diskusi, konselor/ guru bimbingan dan konseling memfasilitasi peserta untuk dapat melihat point belajar yaitu sesuatu yang nampak tidak mungkin bisa dilakukan, tapi dengan daya kreatifitas, sudut pandang dan pemikiran yang luas hal yang mustahil bisa dilakukan.



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN  
BIMBINGAN KLASIKAL  
SEMESTER GASAL TAHUN 2015/2016

43. Topik : Meningkatkan percaya diri
44. Bidang : BK Pribadi, Sosial
45. Tujuan :
- c. Tujuan Umum :  
mencapai kematangan/kedewasaan cipta- rasa-karsa secara tepat dalam  
kehidupannya sesuai nilai-nilai luhur
- d. Tujuan Khusus :
- Siswa dapat menyadari pentingnya kepercayaan diri dalam  
kehidupan sehari-hari
  - Siswa dapat lebih percaya diri untuk bisa berhadapan dengan  
oranglain.
46. Fungsi : Pemahaman
47. Sasaran : Siswa kelas VII
48. Waktu : 1 X 40 menit
49. Pihak Terkait : -
50. Metode/Teknik : Video dan diskusi
51. Media/Alat : Power point, LCD, Laptop
52. Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan		Waktu
	Guru BK	Peserta Didik	
Pembukaan	Memandu membuka kelas dengan salam	Mengikuti panduan guru,	2 menit

	dan berdoa.	membuka kelas dengan menjawab salam dan berdoa	
	Memperkenalkan topik yang akan dibahas dalam kelas	Menyimak	3 menit
Inti	Menayangkan video tentang “Paralympic Games London”	Menyimak	3 menit
	Memberi penjelasan tentang kiat-kiat percaya diri dengan menggunakan power point	Menyimak	8 menit
	Menayangkan video tentang “Jangan takut menjadi diri sendiri”	Menyimak	4 menit
	Membuka diskusi tentang video yang sudah ditayangkan dengan materi yang ada	Terlibat aktif dalam diskusi	10 menit
Penutup	Menyimpulkan	Memberikan	8 menit

	isi kegiatan yang telah dilakukan	testimony tentang kegiatan yang telah dilakukan	
	Memandu menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	Mengikuti panduan guru, menutup kelas dengan berdoa dan mengucapkan salam	2 menit

53. Evaluasi : (Terlampir)

54. Sumber Bahan :

tim penyusun. 2011. kumpulan lengkap materi bimbingan dan konseling. Yogyakarta: paramita publishing

55. Tindak lanjut :

- Apabila layanan ini dibutuhkan secara berkelanjutan, maka guru BK mendesain materi untuk sesi selanjutnya.
- Kegiatan ini juga bisa ditindak lanjuti dengan konseling individual atau kelompok jika diperlukan.

56. Lampiran : Lampiran materi dan Deskripsi permainan

Yogyakarta, Agustus 2015

Mengetahui,  
Guru Pembimbing

Mahasiswa Praktikan,

AdikSuwanti,S.Pd  
NIP. 19670313 198903 2 010

MiftahFaturochman  
NIM. 12104241051



LAMPIRAN 2  
MATERI LAYANAN  
PERCAYA DIRI

Percaya diri adalah bagian dari alam bawah sadar dan tidak terpengaruh oleh argumentasi yang rasional. Ia hanya terpengaruh oleh hal-hal yang bersifat emosional dan perasaan. Maka untuk membangun percaya diri diperlukan alat yang sama, yaitu emosi, perasaan dan imajinasi. Emosi, perasaan dan imajinasi yang positif akan meningkatkan rasa percaya diri. Sebaliknya emosi, perasaan dan imajinasi yang negative akan menurunkan rasa percaya diri. Bagaimana caranya supaya diri kita selalu dikelilingi oleh energi positif yang maksimum ?

Simak kiat-kiat berikut ini :

1. Menghilangkan pengaruh negative

Sejak lahir dan sepanjang hidup kita mengalami rangsangan positif dan negative dari lingkungan silih berganti. Orang yang sepanjang hidupnya menerima rangsangan negative relative akan memiliki kadar percaya diri yang rendah. Rangsangan negative dapat berasal dari lingkungan keluarga, masyarakat sekitar, kantor atau lingkungan pekerjaan, sekolah dan sebagainya. Apabila kita terperangkap dalam suatu kondisi hubungan antar manusia yang sangat buruk, segera cari solusinya. Cara pertama adalah dengan berdamai atau berkompromi dengan lingkungan. Terima kondisi dengan ikhlas. Tapi kalau tidak membawa hasil positif, lebih baik keluar saja dari lingkungan tersebut apaun risikonya

2. Pengakuan dan Penghargaan

Pengakuan dan penghargaan orang lain terhadap keberadaan, perbuatan atau prestasi kita, akan sangat meningkatkan rasa percaya diri. Masalahnya tidak banyak orang lain yang melakukan hal itu. Hanya orang-orang positif yang mau melakukan hal itu. Solusinya adalah bergabunglah dengan kelompok orang-orang yang positif. Cara lain, kita bisa memulai

dengan melakukan pengakuan dan penghargaan pada diri kita sendiri. Sekecil apapun perbuatan positif yang kita lakukan, akui dalam diri kita, atau beri hadiah kecil-kecilan.

### 3. Pujian

Sama seperti halnya pengakuan, pujian dapat meningkatkan rasa percaya diri kita. Siapa yang tidak senang kalau ada yang memuji penampilan, kepintaran atau keahlian kita. Pujian pun jarang diberikan pada lingkungan orang yang mayoritas berpikiran negative.

### 4. Memanjakan diri

Memanjakan diri itu penting dan perlu. Karena dengan begitu, kita akan merasa sebagai manusia yang berharga dan bisa menghargai orang lain.

### 5. Beranggapan baik terhadap diri sendiri

Ini cara yang paling mudah untuk meningkatkan percaya diri kita, karena dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja

### 6. Dapatkan input positif melalui panca indra

Input positif dapat diperoleh lewat kisah-kisah heroik, kisah sukses, kisah yang motivatif dan emosional dari tokoh atau pebisnis yang sukses. Kisah-kisah tersebut dapat memotivasi kita untuk berpikir dan bertindak positif. Kita bisa mendapatkan input tersebut dari buku, kaset dan tv.

### 7. Biasakan bersikap positif

Mulailah bersikap positif dari diri sendiri dengan melakukannya pada kehidupan sehari-hari. Pastikan memori kita hanya menyimpan peristiwa positif. Pandang orang lain secaraimbang dengan diri kita. Selalu berbuat jujur. Dan tunjukkan bahwa kita memang punya rasa percaya diri. Bagi yang merasa kurang PD, berikut ini ada beberapa tips yang dapat dilakukan :

#### a. Berdiri tegak

Langkah pertama yang bisa kamu lakukan adalah merubah penampilan, berdirilah yang tegak, busungkan dada dan coba

tampililah sempurna. Pokoknya jangan sampai kelihatan lecek dech, soalnya penampilan seseorang akan menentukan penilaian orang lain, buatlah kesan pertama begitu menggoda selanjutnya terserah Anda.

b. Bersikap Asertif

Mulai sekarang cobalah merubah sikap, jadilah orang yang tahu kapan harus berkata tidak dan kapan berkata ya. Coba sekali-kali untuk tidak terlalu membayangkan orang lain akan berkomentar apa tentang diri kamu. Dan jangan takut bikin perubahan.

c. Obyektif Menilai Diri Sendiri

No body's perfect, nggak ada orang lain di dunia ini yang sempurna, dan nggak ada juga orang di dunia ini yang benar-benar nggak berguna. Karenanya jujur lah menilai diri sendiri, jangan selalu menganggap dirimu tidak mampu dan orang lain selalu lebih unggul. Semuanya sama meski punya keahlian yang berbeda, jadi buat apa minder...? Nggak ada untungnya.

d. Buat Rasa Takut

Biasanya orang yang gak pede selalu kesulitan untuk mengungkapkan siapa dirinya pada orang lain. Cara mudah untuk berani menghadapi orang lain adalah menatap lawan bicara kita, tapi jangan memandangnya. Menatap lain dengan memandang, kalau memandang biasanya kamu memperhatikan lawan bicaramu, bagaiman cara bicaranya, bagaimana mimik wajahnya. Boleh saja seperti itu asal jangan kelewatan, apalagi kalo sampai ngiler nggak karuan.

e. Sedikit Basa Basi

Cobalah untuk bersikap basa basi, tapi jangan sampai basi beneran karena akan membosankan. Tidak semuanya basa-basi itu jelek kok, untuk meningkatkan rasa percaya diri kamu boleh juga mencobanya.

f. Bicaralah yang Lugas

Salah satu ciri orang yang kurang pede adalah tidak berbicara secara lugas, selalu muter. Dan biasanya terlalu banyak berkata, saya akan eeee, anu, saya kan anu....”



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

SATUAN KEGIATAN

KUNJUNGAN RUMAH (HOME VISIT)

- A. Judul/Spesifikasi kegiatan : Home visit
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi Sosial
- C. Fungsi Kegiatan : Pengentasan
- D. Tujuan Kegiatan :
1. Pembahasan konseli yang sudah terlalu sering mengunjungi UKS dan mengeluh sakit.
  2. Klarifikasi dengan orang tua tentang riwayat kesehatan konseli
  3. Merumuskan langkah-langkah penyelesaian bagi konseli bersama orang tua.
- E. Hasil yang ingin dicapai : Mendapatkan informasi mengenai klien yang sering mengeluh mengenai kesehatannya.
- F. Subyek yang mengalami masalah : AS
- G. Gambaran ringkas masalah :
- H. Tempat (rumah) yang dikunjungi (alamat) : Ds. Jambean, Sumberrejo, Tempel
- I. Tanggal : 7 September 2015
- J. Waktu : 09.15
- K. Petugas yang mengunjungi : Miftah Faturachman dan Pandini Verdiana
- L. Anggota keluarga yang akan dikunjungi dan apa yang diharapkan dari mereka: Orangtua siswa yang diharapkan dapat mengontrol dan memeriksa AS agar penyakit yang dideritanya tidak semakin parah.

- M. Data atau keterangan yang akan disampaikan kepada pihak keluarga  
: Pada hari ini, siswa tidak mengikuti pelajaran di sekolah karena sakit dan hanya berada di UKS
- N. Penggunaan hasil kunjungan : Hasil digunakan dalam penambahan informasi dan data dalam proses pembinaan dan konseling terhadap klien
- O. Rencana penilaian dan tindak lanjut : Pemantauan terhadap perkembangan siswa
- P. Catatan khusus : Sebelumnya, siswa sering mengunjungi ruang UKS bahkan pada saat jam pelajaran berlangsung.

Tempel, Agustus 2015

Guru Pembimbing,

Adik Suwanti, S.Pd

NIP. 19670313 198903 2 010



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL

A. Identitas Konseli

1. Nama : YN
2. TTL :
3. Umur : 17
4. Jenis Kelamin : Laki-laki
5. Agama : Islam
6. Domisili : Yogyakarta

B. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

Konseli adalah anak pertama dari dua bersaudara. Konseli dikenal sebagai anak yang pendiam dan menurut di mata para guru mapel lainnya. Dan konseli dikenal bisa bergaul dengan teman-teman di kelasnya.

Saat ini konseli duduk di kelas IX SMP Negeri 2 Tempel. Sebelum melakukan kegiatan konseling, konselor mendapat laporan dari guru BK konseli jika YN sudah sering tidak masuk sekolah tanpa alasan. Menurut pengakuannya YN sering tidak masuk sekolah karena dirinya tidak bisa bangun pagi untuk berangkat sekolah. Kedua orangtuanya yang berprofesi sebagai pedagang membuatnya harus pergi ke pasar pada pagi-pagi buta. Hal tersebut yang membuat YN tidak bisa bangun pagi dan tidak ada satu orangpun di rumah yang dapat membangunkan YN untuk pergi ke sekolah.

C. Kerangka Kerja Teoritik

Pendekatan yang dipilih menggunakan Person Centered. Pendekatan ini dikembangkan oleh Carl Rogers sebagai bentuk reaksi atas beberapa kekurangan dalam teknik psikoanalisa. Pendekatan ini

difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan konseli untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Konseli sebagai orang yang paling mengetahui dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas dari dirinya.

Rogers memandang bahwa konseli memiliki kemampuan dan kesanggupan untuk berlaku sehat dan jauh dari perilaku menyimpang. Pendekatan ini memandang bahwa manusia tidak perlu dilakukan perubahan perilaku untuk mencapai bentuk perilaku yang diharapkan. Konselor dalam melalui pendekatan ini memandang konseli mampu melakukan pilihan-pilihan yang berakar pada kesanggupan pribadi, kesadaran, dan tanggung jawab.

#### D. Diagnosis

Konseli tidak bisa menemukan caranya untuk menghilangkan kebiasaan tidak bisa bangun paginya.

#### E. Prognosis

Konseli dapat menghilangkan kebiasaan yang tidak bisa bangun pagi tersebut.

#### F. Tujuan Konseling

Membantu konseli untuk menemukan alternatif penyelesaian masalahnya.

#### G. Layanan Konseling

##### 1. Pendekatan yang digunakan

Person Centered dikenalkan oleh Carl Rogers. Pendekatan ini Pendekatan ini menekankan pada kepercayaan konselor terhadap konseli atas kemampuan mengatasi masalah yang sedang dihadapinya. Rogers memandang bahwa konseli memiliki kemampuan dan kesanggupan untuk berlaku sehat dan jauh dari perilaku menyimpang.

##### 2. Teknik

Konselor sedapat mungkin menciptakan suasana yang nyaman bagi konseli untuk menunjang jalannya proses konseling. Kondisi tersebut meliputi aspek lingkungan secara umum maupun bagaimana konseli memberikan respon dan umpan balik kepada konseli. Upaya ini didukung dengan membangun keterbukaan pada konseli, kepercayaan terhadap diri sendiri, tempat evaluasi internal, serta kesediaan untuk berproses.

3. Langkah-langkah konseling yang ditempuh
  - a. Assesment. Langkah awal ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan konseli. Konselor mendorong konseli untuk menceritakan apa yang sebenarnya dialami oleh konseli. Langkah ini diperlukan untuk mengidentifikasi teknik apa yang akan dipilih sesuai dengan tingkah laku yang ingin diubah.
  - b. Goal Setting. Langkah ini sebagai tahap untuk merumuskan tujuan konseling. Perumusan dilakukan melalui tahapan: 1) konselor dan konseli mendefinisikan masalah yang dihadapi konseli, 2) konseli mengkhususkan perubahan positif yang dikehendaki sebagai hasil konseling, 3) konselor dan konseli mendiskusikan tujuan yang telah ditetapkan konseli.
  - c. Technique implementation. Langkah ini bertujuan untuk menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan untuk mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling.
  - d. Evaluation termination. Langkah ini untuk melakukan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai tujuan konseling.
  - e. Feedback. Langkah ini bertujuan untuk memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.

4. Pelaksanaan konseling (rekaman wawancara konseling)\*

Selama konseling, konselor memegang sebagian besar tanggungjawab atas kegiatan konseling, khususnya tentang teknik yang digunakan

dalam konseling. Konselor mengontrol proses konseling dan bertanggungjawab atas hasil-hasilnya. Teknik desentisasi sistematis dipakai karena memungkinkan konseli untuk mengatasi rasa malunya secara bertahap.

Terdapat bentuk kerjasama yang dilakukan antara konselor dan konseli, antara lain : a) konseli mengkhususkan perubahan positif yang dikehendaki sebagai hasil konseling; b) bersama-sama menjajaki apakah tujuan/perubahan tersebut realistik; c) mendiskusikan kemungkinan manfaat dan kekurangan tujuan.

#### H. Hasil Layanan yang Dicapai

Konseli secara terbuka mau berbagi masalah dan pengalaman hidupnya kepada konselor. Sejauh pelaksanaan konseling, konseli mampu menemukan beberapa alternatif lain untuk memenuhi keinginannya berdiskusi terkait hal yang dia inginkan sampai menemukan teman yang sesuai. Hingga akhir konseling, konseli sudah mampu memutuskan tindakan apa yang akan dilakukannya.

#### I. Rencana Tindak Lanjut

Melakukan observasi untuk melihat bagaimana kehidupan sosialnya disekolah.

Tempel, Agustus 2015  
Guru Pembimbing,

Adik Suwanti, S.Pd  
NIP. 19670313 198903 2 010



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL

J. Identitas Konseli

7. Nama : SP  
8. TTL :  
9. Umur : 15 tahun  
10. Jenis Kelamin : Laki-laki  
11. Agama : Islam  
12. Domisili : Tempel

K. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

SP secara tidak sengaja tertangkap basah sedang merokok di sekolah pada saat jam istirahat. Setelah dipanggil keruang BK untuk dimintai penjelasan, SP mengaku bahwa baru pertama kali merokok di lingkungan sekolah. Rokok yang ia bawa juga dia dapat dari rumahnya. Menurut pengakuannya dirinya memang seorang perokok aktif dan tidak hanya di sekolah saja SP merokok, melainkan di luar sekolah juga. SP mengaku dirinya merokok karena pengaruh dari teman-teman mainnya.

L. Kerangka Kerja Teoritik

Pendekatan yang dipilih menggunakan Rational Emotive behaviour Therapy. Pendekatan ini dikembangkan oleh Albert Ellis. Aliran ini berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengatakan, mencintai, bergabung dengan orang lain, serta tumbuh dan mengaktualkan diri. Akan tetapi, manusia

juga memiliki kecenderungan ke arah menghancurkan diri, menghindari pemikiran, berlambat-lambat, menyesali kesalahan-kesalahan secara tak berkesudahan, takhyul, intoleransi, perfeksionisme dan mencela diri, serta menghindari pertumbuhan dan aktualisasi diri.

#### M. Diagnosis

Konseli tidak bisa menahan hasrat berlebihan untuk merokok.

#### N. Prognosis

Konseli menyadari bahwa apa yang dirasakan dan kebiasaan sekarang ini kurang tepat. Hal tersebut dilakukan dengan mengonfrontasikan konseli secara langsung dengan pemikiran konseli sendiri, menerangkan kepada konseli bagaimana bahaya dari rokok dan akibat yang akan dideritanya jika konseli tetap melakukan kebiasaannya.

#### O. Tujuan Konseling

Membantu konseli untuk mampu berfikir secara lebih rasional lagi tentang apa yang dirasakan dan perilakunya sekarang.

#### P. Layanan Konseling

##### 5. Pendekatan yang digunakan

Rational Emotive Therapy dikenalkan oleh Albert Ellis. Aliran ini berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irasional dan jahat. Ellis menandakan bahwa manusia memiliki kesanggupan untuk berpikir, maka manusia mampu “melatih dirinya sendiri untuk mengubah atau menghapus keyakinan-keyakinan yang menyabotase diri sendiri”. Pendekatan ini menekankan pada penyembuhan irasionalitas dengan rasionalitas.

##### 6. Teknik

Konselor sedapat mungkin menciptakan suasana yang nyaman bagi konseli untuk menunjang jalannya proses konseling. Kondisi tersebut meliputi aspek lingkungan secara umum maupun bagaimana konseli memberikan respon dan umpan balik kepada konseli. Upaya ini didukung dengan membangun keterbukaan pada konseli, kepercayaan terhadap diri sendiri, tempat evaluasi internal, serta kesediaan untuk berproses.

7. Langkah-langkah konseling yang ditempuh
  - f. Assesment. Langkah awal ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika perkembangan konseli. Konselor mendorong konseli untuk menceritakan apa yang sebenarnya dialami oleh konseli. Langkah ini diperlukan untuk mengidentifikasi teknik apa yang akan dipilih sesuai dengan tingkah laku yang ingin diubah.
  - g. Goal Setting. Langkah ini sebagai tahap untuk merumuskan tujuan konseling. Perumusan dilakukan melalui tahapan: 1) konselor dan konseli mendefinisikan masalah yang dihadapi konseli, 2) konseli mengkhususkan perubahan positif yang dikehendaki sebagai hasil konseling, 3) konselor dan konseli mendiskusikan tujuan yang telah ditetapkan konseli.
  - h. Technique implementation. Langkah ini bertujuan untuk menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang digunakan untuk mencapai hasil sesuai dengan tujuan konseling.
  - i. Evaluation termination. Langkah ini untuk melakukan penilaian apakah kegiatan konseling yang telah dilaksanakan mengarah dan mencapai hasil sesuai tujuan konseling.
  - j. Feedback. Langkah ini bertujuan untuk memberikan dan menganalisis umpan balik untuk memperbaiki dan meningkatkan proses konseling.

#### 8. Pelaksanaan konseling

Selama konseling, konselor memegang sebagian besar tanggungjawab atas kegiatan konseling, khususnya tentang teknik yang digunakan

dalam konseling. Konselor mengontrol proses konseling dan bertanggungjawab atas hasil-hasilnya. Teknik desentisasi sistematis dipakai karena memungkinkan konseli untuk mengatasi rasa malunya secara bertahap.

Terdapat bentuk kerjasama yang dilakukan antara konselor dan konseli, antara lain : a) konseli mengkhususkan perubahan positif yang dikehendaki sebagai hasil konseling; b) bersama-sama menjajaki apakah tujuan/perubahan tersebut realistik; c) mendiskusikan kemungkinan manfaat dan kekurangan tujuan.

#### Q. Hasil Layanan yang Dicapai

Konseli secara terbuka mau berbagi masalah dan pengalaman hidupnya kepada konselor. Sejauh pelaksanaan konseling, konseli mampu menemukan beberapa alternatif lain untuk memenuhi keinginannya berdiskusi terkait hal yang dia inginkan sampai menemukan teman yang sesuai. Hingga akhir konseling, konseli sudah mampu memutuskan tindakan apa yang akan dilakukannya.

#### R. Rencana Tindak Lanjut

Melakukan observasi untuk melihat bagaimana kehidupannya disekolah.



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

RPL BIMBINGAN KELOMPOK

- 1 Identitas: :
  - a. Satuan Pendidikan : SMP Negeri 2 Tempel
  - b. Tahun Ajaran : 2014-2015
  - c. Kelas : VII
  - d. Pelaksana dan Pihak Terkait : Mahasiswa PPL
  
- 2 Waktu: :
  - a. Tanggal : Kamis, 20 Agustus 2015
  - b. Jam Pelayanan : 08.40 – 09.20 WIB
  - c. Volume waktu :40 menit
  - d. Tempat : Ruang Kelas
  
- 3 Bidang bimbingan dan konseling : Pribadi
  
- 4 Materi Pelayanan
  - a. Tema : Mengembangkan kreatifitas berfikir
  
  - b. Sumber Materi Pelayanan : Kumpulan materi bimbingan dan konseling
  
- 5 Tujuan layanan : - Siswa dapat menyadari pentingnya berfikir kreatif  
- Siswa dapat mengetahui cara membiasakan berfikir kreatif.

- 6 Fungsi layanan : Pemahaman dan Pengembangan
- 7 Metode dan Teknik
  - a. Jenis Layanan : Bimbingan kelompok
  - b. Kegiatan Pendukung : Diskusi
- 8 Sarana
  - a. Media : Kertas
  - b. Instrumen : -
  - c. Sumber : Suwarjo & Eva Imania Eliasa. 2013. 55 Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling. Yogyakarta: Paramitra Publishing.



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

SMP NEGERI 2 TEMPEL

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

- Poster



**KITA MUNGKIN  
DILAHIRKAN  
UNTUK  
KALAH  
TAPI  
TIDAK UNTUK  
MENYERAH**





PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

SMP NEGERI 2 TEMPEL

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

- Leaflet

### Cara Meningkatkan Konsentrasi Belajar

- 1. Fokus**  
Konsentrasi berarti kita dapat memusatkan pikiran kepada satu hal. Konsentrasi akan menjadi tidak berarti apabila kita dianggu oleh beberapa hal lain pada saat yang bersamaan. Apabila kita dapat fokus, kita akan bisa mendapatkan informasi luar biasa yang akan membuat kita menyelesaikan tugas-tugas dengan lebih cepat.
- 2. Belajar Mengontrol Pikiran**  
Hal pertama yang harus diperhatikan adalah kita tidak memiliki pilihan untuk memusatkan atau meniadakan pikiran, namun sampai kita merasa menjadi korban dari pikiran kita sendiri. Hal kedua adalah kita harus mengarahkan pikiran kita dengan sadar dan mengambil diri kita sebagai tidak terpengaruh gangguan yang mempengaruhi konsentrasi kita.



- 3. Praktek**  
Konsentrasi adalah merupakan suatu aktivitas. Tentu saja, semakin kita praktikkan dan latih, akan semakin baik pula kemampuan konsentrasi kita. Konsentrasi adalah seperti otot tubuh, semakin kita melatihnya, maka akan semakin kuat pula jadinya.
- 4. Meditasi**  
Meditasi, nyata dapat meningkatkan kekuatan konsentrasi. Meditasi setiap hari dapat memberikan kita kesempatan untuk melatih teknik konsentrasi. Hal ini dapat dilakukan dengan mengkonsentrasikan pikiran kepada satu titik atau hanya mengkonsentrasikan pernafasan.
- 5. Perhatikan Kondisi Fisik**  
Apabila kita merasa lelah atau kurang sehat, konsentrasi akan menjadi lebih sulit. Olahraga membantu kita untuk meningkatkan konsentrasi. Mengurangi berat badan, menjernihkan pikiran dan menciptakan dinamisme juga akan sangat membantu.

Sumber:  
<http://belajarsukoharjo.com/lasercan/meningkatkan-konsentrasi-belajar/>

### Konsentrasi Dalam Belajar



Bismillah Nurhidayah Armananti  
Majalah Pendidikan  
2017-2018

### Konsentrasi Belajar



Pengertian konsentrasi adalah pemusatan perhatian, pikiran dan jiwa dan fisik pada sebuah objek. Konsentrasi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia "Pemusatan perhatian atau pikiran pada suatu hal." Dalam hal ini, konsentrasi yang akan dibahas yakni terkait dengan konsentrasi belajar.

Dalam psikologi umum (2003) dalam Nugraha (2008), "Konsentrasi belajar adalah kemampuan untuk memusatkan pikiran terhadap aktifitas belajar".

Banyak faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar. Menurut (Toni Niese: 2007) Konsentrasi belajar siswa, dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti di bawah ini:

#### Faktor Konsentrasi Belajar

- Lingkungan**  
Lingkungan dapat mempengaruhi kemampuan dalam berkonsentrasi, kita akan dapat memaksimalkan kemampuan konsentrasi. Jika kita dapat mengetahui faktor apa saja yang berpengaruh terhadap konsentrasi, kita mampu menggunakan kemampuan kita pada saat dan suasana yang tepat. Faktor lingkungan yang mempengaruhi konsentrasi belajar adalah suara, pencahayaan, temperatur, dan desain belajar.
- Modalitas Belajar**  
Modalitas belajar yang menentukan siswa dapat menproses setiap informasi yang diterima. Kreativitas yang dimiliki oleh guru dalam mengembangkan strategi dan metode pembelajaran di kelas akan meningkatkan konsentrasi belajar siswa sehingga hasil belajarnya pun akan meningkat



pula Semakin banyak informasi yang diterima dan diserap oleh siswa, maka kemampuan berkonsentrasi pun harus semakin baik dan fokus dalam mengikuti setiap proses pembelajaran.

- Psikologi**  
Faktor psikologi juga dapat mempengaruhi bagaimana sikap dan perilaku siswa dalam berkonsentrasi, misalnya karena adanya masalah dalam lingkungan sekitar dan keluarga, hal ini tentunya akan mempengaruhi psikologi siswa, karena siswa akan kehilangan semangat dan motivasi belajar mereka, tentunya akan berpengaruh juga terhadap tingkat konsentrasi siswa yang akan semakin menurun.





PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

SMP NEGERI 2 TEMPEL

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570



Pada zaman sekarang, merokok dianggap sebagai hal yang wajar. Orang-orang dari yang tua hingga yang muda baik wanita maupun pria tidak malu untuk merokok di depan umum. Semua orang tau apa itu rokok dan bahayanya. Tapi kebanyakan dari mereka sering tidak memperhatikan dampaknya bagi diri sendiri dan oranglain.

Sebagai seorang pelajar kita perlu tahu dampak negatif apa saja yang disebabkan oleh rokok. Rokok perlu dihindari dan di jauhi, bukan malah sebagai ajang gengsi. Dan perlu diingat bahwa saat kalian merokok bukan hanya diri sendiri yang rugi tapi juga orang-orang sekitar kalian yang ikut

ditabung malah dihamburkan untuk membeli rokok. Dengan merokok sama saja kalian membakar uang. Hmm sayang sekali. Nah, mulai sekarang belajarliah untuk menjauhi rokok.

**KATAKAN TIDAK PADA ROKOK!** Jika kalian sudah terlanjur jatuh dalam buaian rokok tidak ada kata terlambat untuk mengurangi dan menghilangkan kebiasaan merokok.

Tips sederhana untuk menghilangkan kebiasaan merokok adalah NIAT serta KEYAKINAN. Dukung niat mu itu dengan mengurangi jumlah rokok yang kamu konsumsi, mencari pelampiasan lain seperti makan permen karet atau yang lainnya, menjauhi komunitas atau teman yang merokok (jika niatmu sudah bulat hal ini bukan masalah), banyak minum air putih dan makan buah, berolahraga.

Sayangi tubuhmu dengan menjauhi rokok. Ingatlah bahwa hidupmu sangat berharga :)

atau "rokok bisa menghilangkan masalah?" itu semua SALAH! merokok itu hanya merugikan tubuh dan oranglain.

Apa sih manfaat dari rokok? **TIDAK ADA.** Lalu apa bahaya dari rokok? **BANYAK.** Coba deh kalian simak kandungan dan bahaya rokok berikut ini.

Di dalam rokok mengandung lebih dari 4000 bahan kimia. Ratusan di antaranya zat beracun dan sekitar 70 bahan di dalamnya bersifat kanker. Bahan-bahan berbahaya itu antara lain: **Karbon monoksida** (biasanya zat ini ditemukan pada asap knalpot mobil), **Tar** (zat ini menghambat fungsi paru-paru untuk membersihkan kuman), **Gas Oksidan** (meningkatkan resiko stroke dan serangan Jantung), **Benzene** (mengandung kanker ginjal dan leukimia), **Arsenic** (diunakan dalam pestisida), **Tolu-**



Anda membutuhkan informasi lebih lanjut  
Datang saja ke :  
Layanan Bimbingan dan Konseling



**Hydrogen cyanide** (digunakan untuk membuat senjata kimia), **Cadmium** (digunakan untuk membuat baterai), dan masih banyak lagi.

Sa, kebayangkan gimana dampak rokok buat kesehatan tubuh? Seperti yang kalian ketahui merokok dapat menyebabkan kerusakan otak, serangan jantung, kanker, kerapuhan tulang, mempercepat penuaan, impotensi, gangguan kehamilan, cacat pada janin dan masih banyak lagi kerugiannya.



**KATAKAN TIDAK PADA ROKOK !!**



Fundasi Pendidikan, Arusant  
Miftah Fauzanulman  
BK-GNY 2011



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

**SMP NEGERI 2 TEMPEL**

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

- Papan Bimbingan





PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS  
PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON  
FORMAL

## SMP NEGERI 2 TEMPEL

Jl. Balangan Tempel, Kelurahan Banyurejo, Kec. Tempel,  
Kab. Sleman, Yogyakarta telp: +62-274-7490570

---

### - Kegiatan Bimbingan Klasikal

