

LAMPIRAN

Lampiran 1

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

“MERENCANAKAN TARGET”

- A. Topik : Merencanakan target ke depan
- B. Bidang Bimbingan : Karir
- C. Jenis Layanan : Layanan Informasi
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman & Pengembangan
- E. Kompetensi Dasar : Mampu menentukan target-target pribadi baik target jangka panjang maupun jangka pendek.
- F. Tujuan Layanan : Membantu siswa dalam menentukan target-target pribadi baik target jangka panjang maupun jangka pendek.
- G. Metode : Mind mapping & Ceramah
- H. Deskripsi Materi : Terlampir
- I. Sasaran : XII Bahasa, XII IPS 2
- J. Semester : I
- K. Tempat : Ruang kelas
- L. Waktu : 1x40 menit
- M. Penyelenggara Layanan : Praktikan
- N. Media : kertas dan pulpen
- O. Uraian Kegiatan

TAHAP	KEGIATAN	ESTIMASI WAKTU
-------	----------	-------------------

Membuka	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucapkan salam dan berdoa 2. Praktikan mengecek kehadiran siswa (absensi). 3. Praktikan mengkondisikan siswa untuk mengikuti kegiatan bimbingan. 	10
Penyampaian materi Layanan Bimbingan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Praktikan memberikan materi awal tentang mind mapping 2. Praktikan membagikan alat dan bahan untuk membuat mind mapping 3. Praktikan memberikan kesempatan kepada siswa untuk menampilkan hasil mind mapping yang telah dibuat. 	30
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Praktikan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengutarakan hal-hal yang didapat dari mind mapping yang telah dibuat. 2. Praktikan memberikan kesimpulan tentang kegiatan bimbingan yang telah diberikan. 	5

P. Rencana Evaluasi :

1. Evaluasi Proses


- a. Antusias siswa terhadap materi yang disampaikan.
- b. Banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh siswa.

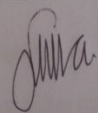
2. Evaluasi Hasil

- a. Siswa dapat menentukan target-target ke depan, baik target jangka panjang maupun target jangka pendek.

Q. Referensi :

1. <http://akhmadsudrajat.wordpress.com>

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Isni Lestari, S.Pd
NIP. 196101261994032001

Yogyakarta, 15 September 2014
Praktikan

Fitrianingrum M
NIM. 11104241048

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

“MAU KEMANA AKU SETELAH INI”

- A. Topik : Mau Kemana Aku Setelah Ini ?
- B. Bidang Bimbingan : Karir
- C. Jenis Layanan : Layanan Informasi
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman & Pengembangan
- E. Kompetensi Dasar : Mampu menentukan pilihan studi lanjut pada jenjang perguruan tinggi
- F. Tujuan Layanan : Siswa mampu menentukan pilihan untuk melanjutkan studinya pada jenjang perguruan tinggi
- G. Metode : Mind mapping & Ceramah
- H. Deskripsi Materi : Terlampir
- I. Sasaran : XII IPS 3
- J. Semester : I
- K. Tempat : Ruang kelas
- L. Waktu : 1x40 menit
- M. Penyelenggara Layanan : Praktikan
- N. Media : Powerpoint, kertas dan pulpen

O. Uraian Kegiatan :

TAHAP	KEGIATAN	ESTIMASI WAKTU
Membuka	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengucapkan salam dan berdoa 2. Praktikan mengecek kehadiran siswa (absensi). 3. Praktikan mengkondisikan siswa untuk mengikuti kegiatan bimbingan. 	5
Penyampaian materi Layanan Bimbingan	<ol style="list-style-type: none"> 4. Praktikan memberikan materi awal tentang informasi perguruan tinggi 5. Praktikan menjelaskan tentang bagaimana cara memilih jurusan di perguruan tinggi 6. Praktikan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya 7. Praktikan menugaskan kepada siswa untuk membuat mind mapping tentang gambaran setelah lulus dari madrasah. 	30

Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Praktikan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengutarakan hal-hal yang didapat dari mind mapping yang telah dibuat. 2. Praktikan memberikan kesimpulan tentang kegiatan bimbingan yang telah diberikan. 	5
---------	---	---

R. Rencana Evaluasi :

1. Evaluasi Proses

- a. Antusias siswa terhadap materi yang disampaikan.
- b. Banyaknya pertanyaan yang diajukan.
- c. Menggambarkan pilihan studi lanjut yang dipilih.

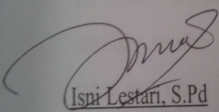
2. Evaluasi Hasil

- a. siswa dapat menentukan langkah setelah lulus dari madrasah

S. Referensi :

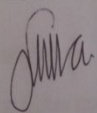
1. <http://infosbmptn.com>
2. <http://edukasi.kompas.com>
3. <http://www.sbmptn.or.id>

Mengetahui,
Guru Pembimbing



Ispri Lestari, S.Pd
NIP. 196101261994032001

Yogyakarta, 15 September 2014
Praktikan



Fitrianingrum M
NIM. 11104241048

LAPORAN BIMBINGAN KELOMPOK

A. Topik yang Dibahas

Mengisi waktu luang dengan kegiatan yang positif.

B. Konseli

1. Shelly Andini Siswa Kelas XI IPS 2
2. Amelia Putri Perdani Siswa Kelas XI IPS 2
3. Anisa Ika Khasanah Siswa Kelas XI IPS 2
4. Devi Tri Ayuningtyas Siswa Kelas XI IPS 2

C. Waktu Pelaksanaan

12 Agustus 2014

D. Deskripsi Proses

Dari hasil IMS yang telah disebar pada tanggal 15 Agustus 2014 di kelas XI IPS 2 diperoleh hasil bahwa Shelly Andini, Amelia Putri Perdani, Anisa Ika Khasanah, dan Devi Tri Ayuningtyas membutuhkan informasi tentang cara mengisi waktu luang untuk kegiatan yang positif.

Akhirnya praktikan memilih dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan metode diskusi kelompok, agar mereka dapat mengungkapkan dan menjelaskan argumennya masing – masing terkait dengan cara mengisi waktu luang untuk kegiatan yang positif. Berikut ini argument dari masing – masing konseli terkait informasi tersebut :

1. Shelly Andini Siswa Kelas XI IPS 2

Selama ini shelly mengisi waktu luangnya dengan membaca novel, bermain HP dan jalan-jalan. Shelly juga bercerita bahwa ia juga mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tonti.

2. Amelia Putri Perdani kelas XI IPS 2

Amelia biasanya mengisi waktu dengan melihat film anime jepang. Amelia mengaku sangat menyukai anime sehingga memiliki hobi melihat film anime. Amelia juga mengikuti kegiatan OSN, yang mana juga sangat membutuhkan konsentrasi yang tinggi. Biasanya saat sudah jenuh dengan belajar ia memilih untuk melihat film anime.

3. Devi Tri Ayuningtyas Siswa Kelas XI IPS 2

Devi biasa mengisi waktu luangnya dengan jalan-jalan bersama kakaknya. Devi biasa pergi ketempat makan untuk menghabiskan

waktu. Devi juga mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Tonti dimana dibutuhkan fisik yang kuat.

4. Anisa Ika Khasanah Siswa Kelas XI IPS 2

Untuk mengisi waktu luangnya anisa lebih memilih mengikuti kegiatan ekstrakurikuler PMR. Saat ada waktu senggang anisa juga sering mengisinya dengan membaca novel, jalan-jalan, dll.

Setelah mereka mengungkapkan pendapatnya, praktikan juga menambahkan bahwa kegiatan yang sudah mereka jalani keseluruhan merupakan kegiatan yang positif.

E. Evaluasi

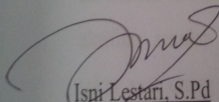
1. Hasil yang Ingin Dicapai

Konseli memiliki suatu pilihan kegiatan positif untuk mengisi waktu luang yang dimiliki dan konseli mampu mengembangkan kegiatan positif tersebut.

2. Hasil yang Telah Dicapai

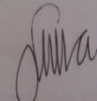
Dalam bimbingan kelompok yang dilaksanakan praktikan, tampak malu-malu saat mengungkapkan pendapatnya. Praktikan disini melaksanakan bimbingan kelompok terhadap 4 siswa yang dipanggil ke ruang BK. Kegiatan yang dipilih oleh siswa-siswa tersebut merupakan kegiatan yang bersifat positif sehingga sangat baik untuk dikembangkan.

Mengetahui,
Guru Pembimbing



Isni Lestari, S.Pd
NIP. 196101261994032001

Yogyakarta, 15 September 2014
Praktikan



Fitrianingrum M
NIM. 11104241048

LAPORAN KONSELING

A. Identitas Konseli (disamarkan)

1. Nama : X-Y
2. Umur : 15
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Agama : Islam
5. Sekolah/ Pendidikan : MA

B. Deskripsi Masalah

Konseli adalah seorang siswa kelas X di MAN Yogyakarta 1. Konseli merasa sebagai seorang yang paling bermasalah. Konseli memiliki penyakit hyperhidrosis yang sangat menggangu dalam beraktifitas. Konseli merasa tidak percaya diri dengan keadaannya sekarang ini. Penyakit ini mulai dia rasakan saat dia duduk dibangku kelas 2 SMP. Konseli sangat tidak percaya diri dengan penyakit hyperhidrosis yang dialaminya, karena konseli merasa penyakitnya tersebut mengganggu orang lain. Penyakit yang dialami oleh konseli menyebabkan kaki konseli menimbulkan bau sehingga konseli merasa hal tersebut sangat mengganggu orang lain.

Saat duduk di SMP, konseli dijauhi teman-temannya dan diolok-olok karena bau kaki yang ditimbulkan karena hyperhidrosis. Kejadian tersebut membuat konseli tidak percaya diri dengan keadaannya hingga sekarang. Saat ini konseli merasa tidak nyaman ketika harus melepas sepatu pada aktifitas-aktifitas sekolah yang mengharuskannya melepas sepatu. Konseli merasa takut saat orang lain terlebih teman-temannya di madrasah ini merasakan aroma bau yang ditimbulkan dari kakinya. Konseli takut nanti teman-temannya di madrasah akan menjauhi dan mengolok-oloknya seperti yang dilakukan teman-teman di SMP.

Pertemuan pertama

Konseli bercerita bahwa beberapa hari yang lalu ia konsultasi ke dokter mengenai penyakit yang dialaminya. Konseli bercerita bahwa faktor

yang menyebabkan Ia mengalami penyakit tersebut karena kecemasan yang tinggi. Konseli mengungkapkan bahwa ada hal suatu masalah sangat besar yang dialaminya. Konseli menganggap bahwa dirinya adalah sosok yang paling banyak masalah dan paling berat masalahnya.

Pertemuan kedua

Konseli mengungkapkan bahwa konseli tinggal bersama neneknya sejak kelas 5 SD. Konseli dijemput oleh neneknya untuk dibesarkan di Jogja. Ibu konseli adalah seorang peramal dan ayahnya adalah seorang pendeta, yang meninggal saat konseli masih dikandung. Saat ayahnya meninggal lalu ibu konseli menikah dan memiliki anak lagi dengan suaminya yang baru. Konseli merasa mendapat perlakuan yang berbeda dari ibunya dibandingkan dengan saudara-saudaranya yang lain. Konseli merasa seperti tidak diinginkan oleh keluarganya.

Konseli mengungkapkan, bahwa saat di kelas 5 SD konseli dijemput neneknya dan memilih untuk tinggal dengan neneknya di Jogja. Konseli mengungkapkan saat duduk di kelas 2 SMP, konseli diceritakan oleh neneknya bahwa dulu saat dalam kandungan Ia akan digugurkan oleh ibunya karena saat itu hubungan ibu dan ayahnya belum dalam status pernikahan atau masih berpacaran. Sejak saat itu konseli merasa sangat terpukul, menganggap dirinya sebagai anak yang tidak diinginkan dan menganggap dirinya sebagai anak haram.

Saat di kelas 2 SMP juga konseli mengalami penyakit hyperhidrosis yang sangat membuatnya tidak percaya diri. Konseli merasa hyperhidrosis yang dialaminya sangat mengganggu orang lain hingga ia merasa terbuang. Konseli bercerita bahwa teman-temannya tidak ada yang mau berteman dengannya, menjauhinya dan bahkan mengolok-oloknya. Hal tersebut yang membuatnya tidak nyaman, malu dan terasing dari teman-temannya di SMP. Kejadian tersebut membuat konseli tidak percaya diri dengan keadaannya hingga sekarang.

Saat ini konseli merasa tidak nyaman ketika harus melepas sepatu pada aktifitas-aktifitas sekolah yang mengharuskannya melepas sepatu, sebagai contoh saat sholat berjama'ah konseli sengaja datang saat iqomah agar dapat di shaf belakang. Konseli merasa takut saat orang lain terlebih teman-temannya di madrasah ini merasakan aroma bau yang ditimbulkan dari kakinya. Konseli takut nantinya teman-temannya di madrasah akan menjauhi dan mengolok-oloknya seperti yang dilakukan teman-teman di SMP. Konseli

juga bercerita bahwa di saat kelulusan dia bisa menunjukkan kepada teman-temannya bahwa dia bisa juara 1 MHQ ditingkat sekolahnya.

Pada pertemuan ketiga

Konseli mengungkapkan bahwa ia akan semangat dalam menghadapi aktivitasnya, ia bercerita bahwa ia ingin seperti Beethoven. Menurutny ia adalah sosok yang menginspirasi baginya, ia akan menunjukkan kepada semuanya bahwa ia memiliki kelebihan yang lebih besar dari pada kelemahan yang dimilikinya.

C. Kerangka Kerja Teoritik

Albert Ellis mengemukakan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional. Ellis memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berpikir dan sistem perasaan yang berkaitan dalam system psikis individu. Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh pikiran, perasaan dan tingkah laku.

Seperti yang dialami pada kasus ini, konseli merasa tidak nyaman ketika harus melepas sepatu pada aktifitas-aktifitas sekolah yang mengharuskannya melepas sepatu, sebagai contoh saat sholat berjama'ah konseli sengaja datang saat iqomah agar dapat di shaf belakang. Konseli merasa takut saat orang lain terlebih teman-temannya di madrasah ini merasakan bau yang ditimbulkan dari kakinya. Konseli takut nanti teman-temannya di madrasah akan menjauhi dan mengolok-oloknya seperti yang dilakukan teman-teman di SMP. Karena masalah yang diungkapkan pada deskripsi masalah, konseli juga merasa sebagai seorang yang paling memiliki masalah terberat.

Pandangan pendekatan rasional emotif tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis : ada tiga pilar yang membangun tingkah laku individu, yaitu *Activating event* (A), *Belief* (B), dan *Emotional consequence* (C). Kerangka pilar ini yang kemudian dikenal dengan konsep atau teori ABC.

1. *Activating event* (A)

Segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap orang lain.

2. *Belief* (B)

Keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (*rational belief* atau rB) dan keyakinan yang tidak rasional (*irrational belief* atau iB).

3. *Emotional consequence* (C)

Konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan *antecedent event* (A). Kemudian ditambahkan D dan E untuk mengakomodasi perubahan dan hasil yang diinginkan dari perubahan tersebut. F yaitu aksi yang akan dilakukan lebih lanjut dan perasaan baru yang dikembangkan. G yaitu tujuan-tujuan pokok dari poses konseling

Dalam kasus ini, maka dapat dirumuskan konsep sebagai berikut:

1. *Activating events* = Pada saat duduk dibangku SMP, konseli pernah diolok-olok dan jauhi oleh teman-temannya karena hyperhidrosis yang dialaminya menimbulkan bau kaki.
2. *Belief* = konseli memiliki keyakinan bahwa teman-teman di madrasah ini akan memperlakukannya dengan sama seperti perlakuan teman SMP konseli yaitu menjauhi dan mengolok-oloknya sehingga tidak satupun yang mau berteman dengannya.
3. *Emotional consequence (C)* = Konseli merasa tidak nyaman dan tidak tenang ketika harus melepas sepatu pada aktifitas-aktifitas sekolah yang mengharuskannya melepas sepatu, sebagai contoh saat sholat berjama'ah konseli sengaja datang saat iqomah agar dapat di shaf belakang.
4. D = melakukan dispute pikiran irasional
5. E = mengembangkan keyakinan konseli tentang dirinya.
6. F = membantu konseli untuk memutuskan aksi yang lebih lanjut
7. G = membantu konseli agar memiliki keyakinan yang positif tentang dirinya.

D. Diagnosis

Berdasarkan paparan permasalahan yang dikemukakan oleh konseli diatas, permasalahan yang dialami oleh konseli timbul karena adanya pikiran-pikiran irrasional dalam diri konseli. Konseli berpikiran bahwa teman-teman akan menjauhinya karena rasa tidak nyaman yang ditimbulkan oleh penyakit hyperhidrosis yg dialaminya.

E. Prognosis

Berdasarkan data yang diperoleh maka masalah yang dihadapi oleh konseli terbilang dalam taraf normal dan memiliki prognosis baik. Hal tersebut dikarenakan permasalahan yang dialami oleh konseli masih dapat diatasi dengan pendekatan Rational-Emotif Behavior Therapy.

F. Tujuan Konseling

Tujuan utama konseling dengan pendekatan Rational- Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif, membantu individu untuk mengubah kebiasaan berpikir dan tingkah laku yang merusak diri, dan mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya.

G. Layanan Konseling

1. Pendekatan yang digunakan

Dalam kasus yang telah dipaparkan oleh konseli, saat duduk di SMP konseli dijauhi teman-temannya dan diolok-olok karena bau kaki yang ditimbulkan karena hyper hidro. Kejadian tersebut membuat konseli tidak percaya diri dengan keadaannya hingga sekarang. Saat ini konseli merasa tidak nyaman ketika harus melepas sepatu pada aktifitas-aktifitas sekolah yang mengharuskannya melepas sepatu. Konseli merasa takut saat orang lain terlebih teman-temannya di madrasah ini merasakan aroma bau yang ditimbulkan dari kakinya. Konseli takut nantinya teman-temannya di madrasah akan menjauhi dan mengolok-oloknya seperti yang dilakukan teman-teman di SMP (Irrasional belief).

2. Teknik

Dispute kognitif adalah usaha untuk mengubah keyakinan irasional konseli yang dapat berupa pikiran, imajinasi, dan tingkah laku.

3. Langkah-langkah konseling

Tahap 1

Proses di mana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut.

Tahap 2

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling REBT untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.

Tahap 3

Tahap akhir ini, konseli dibantu untuk secara terus-menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional.

Tahap-tahap konseling ini merupakan proses natural dan berkelanjutan. Tahap-tahap ini menggambarkan keseluruhan proses natural dan berkelanjutan. Tahap-tahap ini menggambarkan keseluruhan proses konseling yang dilalui oleh konselor dan konseli.

Secara khusus, terdapat beberapa langkah intervensi konseling dengan pendekatan REBT, yaitu:

1. Bekerjasama dengan konseli
 - a. Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan dan penghargaan.
 - b. Memperhatikan hal yang mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan.
 - c. Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan konseling.
2. Melakukan asesmen terhadap masalah, orang dan situasi
 - a. Mulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah
 - b. Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini.
 - c. Laksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalaman masalah, hubungan dengan kepribadian individu, dan sebab-sebab non psikis.
3. Mempersiapkan konseli untuk terapi
4. Mengimplementasikan program penanganan
5. Mengevaluasi kemajuan

6. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling

H. Evaluasi

1. Hasil yang ingin dicapai

Konseli mampu menghilangkan pikiran-pikiran irasional yang menganggap dirinya memiliki kelemahan yang sangat besar dan berpikiran teman-temannya akan menjauhi dan mengolok-oloknya ketika tahu bahwa ia memiliki penyakit hyperhidrosis dan konseli mampu memiliki konsep diri yang positif akan dirinya sendiri.

2. Hasil yang telah dicapai.

Konseli memiliki suatu keyakinan terhadap dirinya bahwa dia memiliki suatu kelebihan yang jauh lebih besar daripada kelemahan yang dimilikinya. Konseli memiliki konsep diri yang positif dengan menerima keadaan dirinya, dan berusaha untuk mengembangkan kelebihannya.

Dalam kasus ini, maka dapat dirumuskan konsep sebagai berikut

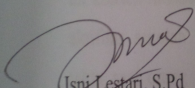
1. *Activating events* = Pada saat duduk dibangku SMP, konseli pernah diolok-olok dan jauhi oleh teman-temannya karena hyperhidrosis yang dialaminya menimbulkan bau kaki sehingga teman-temannya menjauhinya.
2. *Belief* = konseli memiliki keyakinan bahwa teman-teman di madrasah ini akan memperlakukannya dengan sama seperti perlakuan teman SMP konseli yaitu menjauhi dan mengolok-oloknya sehingga tidak satupun yang mau berteman dengannya. Konseli juga merasa sebagai sosok yang paling memiliki masalah, dan menganggap bahwa hyperhidrosis adalah kelemahan yang terbesar.
3. *Emotional consequence* = konseli merasa tidak nyaman dan tidak tenang ketika harus melepas sepatu pada aktifitas-aktifitas sekolah yang mengharuskannya melepas sepatu, sebagai contoh saat sholat berjama'ah konseli sengaja datang saat iqomah agar dapat di shaf belakang.
4. D = melakukan dispute pikiran irasional
5. E = konseli memiliki keyakinan bahwa setiap manusia itu pasti memiliki kelemahan dan kelebihan. Konseli juga memiliki keyakinan bahwa kelebihan yang dimilikinya jauh lebih besar daripada kelemahan yang dimilikinya.
6. F = konseli akan semangat untuk terus mengembangkan kelebihan dan potensinya di MHQ.

7. G = konseli memiliki keyakinan yang rasional atas dirinya, kejadian yang dialaminya. Konseli juga memiliki sosok yang menginspirasi baginya yaitu Beethoven.

I. Rencana Tindak lanjut

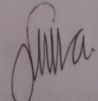
Melaksanakan konseling individu lanjutan apabila diperlukan.

Mengetahui,
Guru Pembimbing



Ispi Lestari, S.Pd
NIP. 196101261994032001

Yogyakarta, 15 September 2014
Praktikan



Fitrianingrum M
NIM. 11104241048

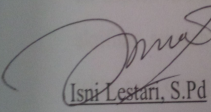
Lampiran 4

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

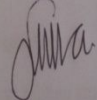
BIMBINGAN DAN KONSELING

- Sekolah** : MAN YOGYAKARTA 1
- Semester** : 1 / Gasal
- Tahun** : 2014
- B. Tema Bimbingan : Tips berfikir positif
- C. Bidang Bimbingan : BimbinganPribadi.
- D. Fungsi Layanan : Pemahaman, Pengembangan.
- E. Komponen Program : Layanan Informasi.
- F. Tujuan Layanan : Memberikan informasi mengenai cara berfikir positif
- G. Metode : Tidak Langsung
- H. Sasaran : Siswa MAN 1 Yogyakarta Kelas X, XI, XII
- I. Tgl Layanan : 15 September 2014
- J. Bahan dan Media : Poster dan Papan Bimbingan
- K. Hasil yang diharapkan : Siswa memahami cara-cara bagaimana berfikir positif
- L. Rencana Tindak Lanjut : Layanan informasi akan dilakukan setiap 1x dalam seminggu
- M. Referensi :
1. <http://www.motivasi-islami.com/gimana-cara-berpikir-positif>

Mengetahui,
Guru Pembimbing


Ispri Lestari, S.Pd
NIP. 196101261994032001

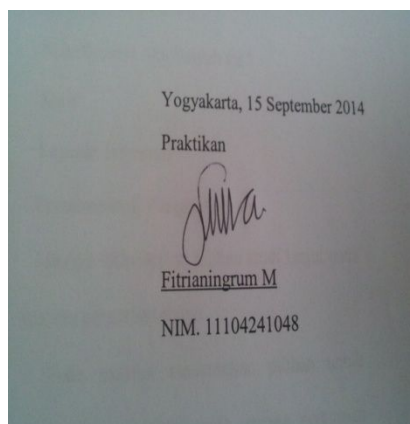
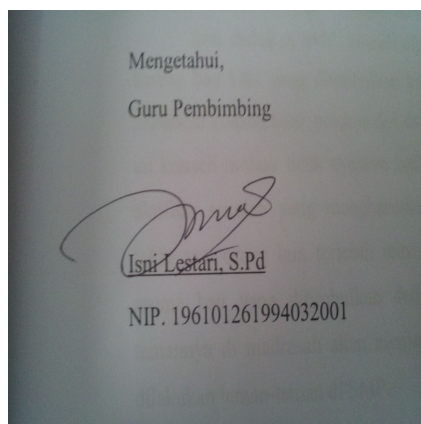
Yogyakarta, 15 September 2014
Praktikan


Fitrianingrum M
NIM. 11104241048

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

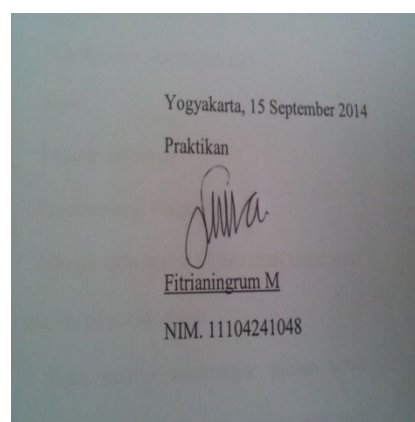
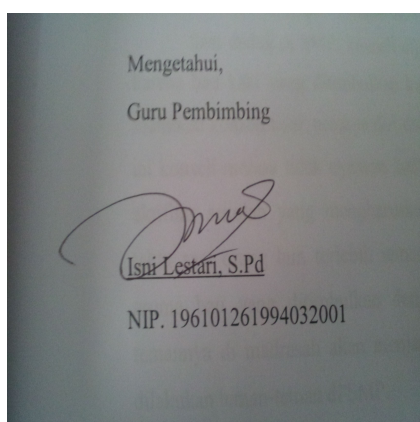
- Sekolah** : **MAN YOGYAKARTA 1**
- Semester** : **1 / Gasal**
- Tahun** : **2014**
- N. Tema Bimbingan : Cara mengatasi rasa bosan
- O. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi.
- P. Fungsi Layanan : Pemahaman, Pengembangan.
- Q. Komponen Program : Layanan Informasi.
- R. Tujuan Layanan : Memberikan informasi mengenai penyebab rasa bosan dan bagaimana menghilangkannya.
- S. Metode : Tidak Langsung
- T. Sasaran : Siswa MAN 1 YOGYAKARTA Kelas X, XI, XII
- U. Tgl Layanan : 14 September 2014
- V. Bahan dan Media : Poster dan Papan Bimbingan
- W. Hasil yang diharapkan : Siswa memahami penyebab rasa bosan dan memahami bagaimana cara mengurangi rasa bosan.
- X. Rencana Tindak Lanjut : Layanan informasi akan dilakukan setiap 1x dalam seminggu.
- Y. Referensi :
1. <http://harian10.blogspot.com>
 2. <http://jadiberita.com>



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

- Sekolah** : MAN YOGYAKARTA 1
- Semester** : 1 / Gasal
- Tahun** : 2014
- A. Tema Bimbingan : Tips menjalin persahabatan
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Sosial.
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman, Pengembangan.
- D. Komponen Program : Layanan Informasi.
- E. Tujuan Layanan : Memberikan informasi mengenai tips menjalin persahabatan
- F. Metode : Tidak Langsung
- G. Sasaran : Siswa MAN 1 YOGYAKARTA Kelas X, XI, XII
- H. Tgl Layanan : 14 September 2014
- I. Bahan dan Media : Poster dan Papan Bimbingan
- J. Hasil yang diharapkan : Siswa memahami cara dalam menjalin dan menjaga persahabatan dengan orang lain.
- K. Rencana Tindak Lanjut : Layanan informasi akan dilakukan setiap 1x dalam seminggu.
- L. Referensi :
1. <http://www.teruskan.com>
 2. <http://zahrinafaslah.blogspot.com>
 3. <http://kumpulantipshebat.blogspot.com>

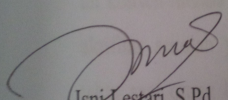


RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

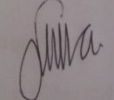
BIMBINGAN DAN KONSELING

- Sekolah** : MAN YOGYAKARTA 1
- Semester** : 1 / Gasal
- Tahun** : 2014
- A. Tema Bimbingan : Tips belajar efektif
- B. Bidang Bimbingan : BimbinganBelajar
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman, Pengembangan.
- D. Komponen Program : Layanan Informasi.
- E. Tujuan Layanan : Memberikan informasi mengenai cara belajar dengan efektif
- F. Metode : Tidak Langsung
- G. Sasaran : Siswa MAN 1 YOGYAKARTA Kelas X, XI, XII
- H. Tgl Layanan : 15 September 2014
- I. Bahan dan Media : Poster dan Papan Bimbingan
- J. Hasil yang diharapkan : Siswa memahami tips-tips belajar yang efektif
- K. Rencana Tindak Lanjut : Layanan informasi akan dilakukan setiap 1x dalam seminggu.
- L. Referensi :
1. <http://belajarpsikologi.com/cara-belajar-efektif/>
 2. <http://belajarpsikologi.com/cara-belajar-yang-baik/>
 3. <http://www.pemimpinremaja.com/>

Mengetahui,
Guru Pembimbing


Isni Lestari, S.Pd
NIP. 196101261994032001

Yogyakarta, 15 September 2014
Praktikan

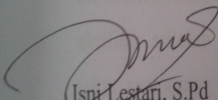

Fitrianingrum M
NIM. 11104241048

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING**

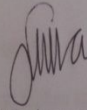
IDENTIFIKASI MASALAH SISWA

- Sekolah** : **MAN YOGYAKARTA 1**
- Semester** : **1 / Gasal**
- Tahun** : **2014**
- A. Materi : Identifikasai masalah siswa
- B. Bidang Bimbingan : BimbinganPribadi, Belajar, Sosial dan Karir
- C. Fungsi Layanan : Pencegahan
- D. Komponen Program : Layanan pengumpulan data
- E. Tujuan Layanan : Untuk mengetahui permasalahan siswa lebih kongkrit yang terbagi menjadi empat aspek, yaitu pribadi, sosial, belajar, dan karir.
- F. Sasaran : Siswa MAN 1 Yogyakarta Kelas X, XI, XII
- G. Tgl Layanan : 09 September – 19 September 2014
- H. Bahan dan Media : Angket IMS
- I. Hasil yang diharapkan : IMS dapat digunakan untuk menganalisis permasalahan siswa dan kebutuhan siswa untuk menyusun program – program BK MAN Yogyakarta 1
- J. Rencana Tindak Lanjut : Memberikan layanan sesuai dengan permasalahan dan kebutuhan siswa

Mengetahui,
Guru Pembimbing


Isni Lestari, S.Pd
NIP. 196101261994032001

Yogyakarta, 15 September 2014
Praktikan


Fitrianingrum M
NIM. 11104241048

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING

SOSIOMETRI

Sekolah	: MAN YOGYAKARTA 1
Semester	: 1 / Gasal
Tahun	: 2014
K. Materi	: Sosiometri
L. Bidang Bimbingan	: Bimbingan Pribadi, Sosial.
M. Fungsi Layanan	: Pencegahan
N. Komponen Program	: Layanan pengumpulan data
O. Tujuan Layanan	: Untuk mengetahui hubungan sosial siswa dengan siswa lain di kelasnya.
P. Sasaran	: Siswa MAN 1 Yogyakarta Kelas X, XI, XII
Q. Tgl Layanan	: 19 Juli, 09 September – 19 Spetember 2014
R. Bahan dan Media	: Angket Sosiometri
S. Hasil yang diharapkan	: Sosiometri dapat digunakan untuk mengetahui hubungan sosial siswa dengan siswa lain
T. Rencana Tindak Lanjut	: Memberikan layanan bimbingan sosial terhadap siswa.

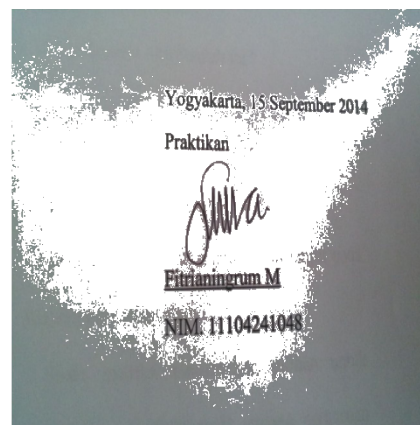
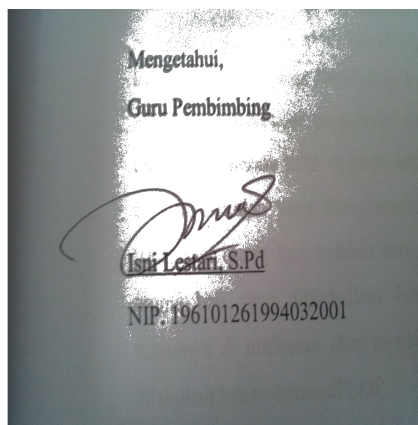


FOTO-FOTO KEGIATAN PPL



Sosialisasi peminatan pada tanggal 08 Juli 2014



Bimbingan klasikal di Kelas XII Bahasa



Pembuatan papan bimbingan di depan ruang BK pada tanggal 4 September 2014



Menempel Poster tips belajar efektif di kelas X pada tanggal 16 September 2014