

**LAPORAN INDIVIDU  
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
DI SMA NEGERI 2 BANTUL**

**Dosen Pembimbing Lapangan  
Praktik Pengalaman Lapangan (DPL-PPL)  
Dr. Muh. Nur Wangid, M. Si**



**Disusun Oleh :  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
11104241009**

**PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2014**

**PENGESAHAN**

Pengesahan Laporan PPL di SMAN 2 Bantul

Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

NIM. 11104241009

Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMAN 2 Bantul dari tanggal 2 Juli sampai dengan 17 September 2014. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Yogyakarta, September 2014

Dosen Pembimbing Lapangan

Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si

**NIP. 19660115 199303 1 003**

Guru Pembimbing

Sri Sudalmani, S.Pd

**NIP 19630101 198903 2008**

Mengetahui,

Kepala Sekolah SMA N 2 Bantul

Drs. Isdarmoko, M.Pd, M.M.Par

**NIP 19640727 199303 1 003**

Guru Koordinator PPL

Dedy Setyawan, M.Pd

**NIP. 19770507200801 1 005**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penyusun panjatkan kepada Allah SWT yang selalu memberikan pertolongan, kenikmatan, rahmat, hidayah beserta karunia-Nya sehingga mahasiswa praktikan dapat menyelesaikan kegiatan PPL dan laporan PPL di SMA N 2 Bantul ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Laporan ini di susun untuk memenuhi tugas akhir PPL yang dilaksanakan pada semester khusus tahun 2014. Serangkaian kegiatan PPL ini merupakan salah satu mata kuliah wajib tempuh yang harus diambil oleh mahasiswa program pendidikan di jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta. Dengan tersusunnya laporan ini semoga dapat berguna bagi kami, mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta dan bagi peningkatan pengajaran di SMA Negeri 2 Bantul.

Terlaksananya Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 2 Bantul beserta penyusunan laporan ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini, kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Segenap pimpinan Universitas Negeri Yogyakarta, dan Lembaga pengabdian Masyarakat (LPM) dan Unit Program Pengalaman Lapangan (UPPL) Universitas Negeri Yogyakarta yang telah menyelenggarakan kegiatan PPL.
2. Bapak Dr. Muh. Nur Wangid, M. Si selaku Dosen pembimbing Lapangan (DPL-PPL) yang telah yang telah mendukung, membimbing dan memberikan pengarahan selama praktikan melaksanakan PPL di SMA Negeri 2 Bantul..
3. Bapak Drs. Isdarmoko, M.Pd, M.Mpar selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Bantul yang telah memberikan izin untuk melaksanakan PPL di SMA Negeri 2 Bantul
4. Bapak Dedy Setyawan, M.Pd selaku koordinator PPL SMA Negeri 2 Bantul atas kesediaannya untuk membimbing kami.
5. Ibu Sri Sudalmani, selaku Guru Pembimbing Lapangan yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan selama praktikan melaksanakan PPL di sekolah.
6. Keluarga besar SMA Negeri 2 Bantul yang sudah membantu melancarkan pelaksanaan PPL.

Praktikan menyadari bahwa dalam pelaksanaan dan penyusunan laporan PPL ini masih terdapat banyak kekurangan dan perlu belajar banyak untuk menjadi seorang pendidik dan pengajar professional. Oleh karena itu penyusun

mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa PPL, Sekolah, UNY, dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, September 2014

Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
ABSTRAK .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	vii

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Alasan Praktik Pengalaman Lapangan .....	1
B. Maksud dan Tujuan PPL.....	2
C. Manfaat PPL.....	2
D. Tempat dan Subjek Praktik.....	3

### **BAB II MATERI DAN MEKANISME PELAKSANAAN**

A. Materi PPL.....	11
--------------------	----

### **BAB III PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL**

A. Persiapan.....	16
B. Pelaksanaan.....	17
C. Analisis Hasil.....	48
D. Hambatan Pelaksanaan PPL dan Cara Mengatasinya.....	48

### **BAB IV PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52

LAMPIRAN

## **DAFTAR LAMPIRAN-LAMPIRAN**

1. Rancangan Program PPL
2. Matriks Program Kerja PPL BK
3. Format kegiatan PPL di sekolah
4. Lembar Serah terima
5. Laporan Konseling Individu
6. Laporan Bimbingan Kelompok
7. Laporan Konseling Kelompok
8. Laporan Home Visit
9. Hasil Analisis Sosiometri
10. Hasil Analisis Media Lacak Masalah (MLM)
11. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling
12. Leaflet
13. Poster
14. Presensi Bimbingan Klasikal
15. Foto kegiatan
16. Struktur kepengurusan PIK-R
17. Kartu Pribadi
18. Kartu Bimbingan

**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)  
PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2014  
SMA NEGERI 2 BANTUL  
OLEH:  
ANGGORO DYAH WAHYU ANDIYATI**

**ABSTRAK**

Kegiatan PPL dilaksanakan secara terpadu bagi seluruh jurusan pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta, begitu pula dengan Program Studi Bimbingan dan Konseling. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan salah satu kegiatan yang bersifat intrakurikuler sehingga harus dilaksanakan oleh setiap mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling. Kegiatan ini mencakup pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk layanan bimbingan yang dapat diberikan oleh seorang guru pembimbing, dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas memberikan layanan Bimbingan dan konseling secara profesional di Sekolah.

Pelaksanaan PPL ini yang dilaksanakan pada semester khusus dimulai dari tanggal 2 Juli sampai 17 September 2014. Dalam pelaksanaan PPL terdapat program PPL. Hal ini dimaksudkan agar program PPL dapat dijalankan dengan maksimal. Sebelum tim diterjunkan ke lokasi maka tim memulai kegiatan seperti observasi terlebih dahulu agar dapat menyesuaikan dengan sekolah masing-masing.

Keseluruhan pelaksanaan PPL tahun ini dapat dikatakan lancar dan terlaksana dengan baik sesuai program yang telah direncanakan. Adapun keberhasilan semua itu tidak lepas dari semua pihak. Pada akhirnya kegiatan PPL yang telah dilaksanakan sekurang-kurangnya dua setengah bulan ini benar-benar memberikan manfaat bagi praktikan.

Kata Kunci : Bimbingan dan Konseling, PPL

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

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.

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. Maksud dan Tujuan PPL**

Praktek bimbingan dan konseling di sekolah dimaksudkan agar mahasiswa dapat mempraktekan 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. Manfaat PPL**

Praktek pengalaman lapangan diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap semua komponen yang terkait yaitu mahasiswa, sekolah, dan perguruan tinggi yang bersangkutan.

#### **1. Mahasiswa**

- a. Mengetahui secara langsung kegiatan proses pembelajaran siswa secara umum, dan kegiatan pemberian layanan bimbingan dan konseling pada khususnya
- b. Memperdalam pengertian dan penghayatan mahasiswa tentang pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah, dan pendidikan pada umumnya.
- c. Mendapatkan kesempatan untuk mempraktekkan bekal yang telah diperoleh selama kuliah ke dalam seluruh konteks dan proses pendidikan.
- d. Meningkatkan ketrampilan mahasiswa dalam menangani berbagai tugas sebagai calon guru pembimbing khususnya dan tenaga kependidikan pada umumnya, mengatur (manajemen) program bimbingan dan konseling, dan memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam setting sekolah.
- e. Mendewasakan dan meningkatkan daya penalaran mahasiswa dalam melakukan penelaahan, perumusan dan pemecahan masalah yang ada pada diri siswa dan seluruh pihak disekolah pada umumnya.

#### **2. Sekolah**

- a. Sekolah diharapkan akan mendapatkan inovasi dalam kegiatan pelayanan Bimbingan dan Konseling serta proses pendidikan pada umumnya.
- b. Sekolah mendapat bantuan tenaga dan pikiran dalam mengelola kegiatan Bimbingan dan Konseling khususnya dan proses kependidikan pada

umumnya.

### 3. Program Studi Bimbingan dan Konseling

- a. Memperoleh masukan tentang perkembangan pelaksanaan praktek pendidikan umumnya dan Bimbingan dan Konseling khususnya, sehingga kurikulum, metode, dan pengalaman proses pembelajaran di perguruan tinggi dapat disesuaikan dengan tuntutan lapangan.
- b. Memperoleh masukan tentang kasus dalam Bimbingan dan Konseling khususnya dan pendidikan umumnya yang berharga sebagai bahan pengembangan penilaian.
- c. Memperluas dan meningkatkan kerja sama dengan sekolah tempat praktek.

(dikutip dari : *Pedoman praktek pengalaman lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di sekolah, oleh: Tim PPL Prodi BK FIP UNY*).

## **D. Tempat dan Subjek Praktek**

### **a. Tempat**

Penyusun melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan di SMA Negeri 2 Bantul jalan RA Kartini, Trirenggo, Bantul.

#### 1. Analisis Situasi

Observasi lingkungan sekolah merupakan langkah awal dalam pelaksanaan PPL. Observasi dilaksanakan pada tanggal 8 Maret 2014. Kegiatan observasi lingkungan sekolah dimaksudkan agar mahasiswa PPL mempunyai gambaran yang jelas mengenai situasi dan kondisi baik yang menyangkut keadaan fisik maupun nonfisik, norma dan kegiatan yang ada di SMA Negeri 2 Bantul yang selanjutnya digunakan sebagai pertimbangan dalam merencanakan program yang akan dilaksanakan pada saat PPL. Sebelum kegiatan PPL dilaksanakan, mahasiswa terlebih dahulu menempuh kegiatan sosialisasi yaitu pra PPL melalui pembelajaran mikro dan kegiatan observasi di sekolah. Kegiatan pembelajaran mikro dilakukan dengan teman sebaya. Kegiatan observasi di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah beserta kelengkapan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran.

SMA Negeri 2 Bantul merupakan sekolah Adiwiyata di kabupaten Bantul. Terletak di Jln. R.A. Kartini 42 Bantul, sekolah tersebut menempati

lokasi yang cukup strategis karena mudah dijangkau oleh siswa, dan berada di kompleks perkantoran dan instansi pendidikan lainnya. Hal ini merupakan potensi fisik yang dapat menunjang proses pembelajaran.

SMA Negeri 2 Bantul sudah dilengkapi dengan beberapa sarana prasarana penunjang KBM. Adapun sarana prasarana yang dimiliki oleh SMA Negeri 2 Bantul diantaranya adalah gedung sekolah yang terdiri dari ruang belajar, ruang kantor, ruang penunjang, dan halaman sekolah yang biasa digunakan untuk kegiatan apel pagi, olahraga (bola basket, bola voli, kegiatan bulutangkis), kegiatan ekstrakurikuler. Adapun situasi sekolah ini selengkapnyanya adalah:

## **1. Kondisi Fisik Sekolah**

### **a. Sejarah SMA**

Dahulu SMA N 2 Bantul merupakan bekas Pabrik Gula Bantul, Setelah terjadi krisis ekonomi dan merosotnya harga gula internasional pada era Hindia-Belanda, Pabrik gula itu di tutup.

Surat Keputusan Mendikbud RI No: 0276/1975, tgl 27 Nov 1975 menetapkan pembukaan SMPP Nomor 44 Bantul pada tgl 1 Januari 1976, dengan nama SMPP Negeri 44, dan sekolah mulai masuk tanggal 1 Februari 1976.

Tahun I SMPP Negeri 44 terdiri dari 2 kelas dengan jumlah siswa 80 orang siswa, seluruh tenaga pamong adalah tenaga tidak tetap, yang diambil dari tenaga SMA Negeri Bantul, Kepala SMPP 44 Bantul adalah Bapak Sudiyono yang merangkap kepala SMA Negeri Bantul dengan SK Kakanwil Depdikbud Prov DIY No: 23/Kanwil/PK/C,I/1976 tertanggal 12 Juni 1976.

Sejak tanggal 21 Agustus 1976 kepala SMPP N 44 dijabat Bapak Kartono HP dengan SK Kakanwil Depdikbud Prov DIY No: 828/Kanwil/PK/C/1976 tertanggal 18 Agustus 1976. 1977/1978 SMPP terdiri 5 kelas dengan jumlah siswa 258 terbagi dalam 3 jurusan, yakni Bahasa, IPA dan IPS, guru tetap 16 orang dan 7 orang karyawan.

Mulai 1 Juli 1978 Kepala SMPP 44 dijabat Bapak Soeratno dengan SK Kakanwil Depdikbud Prov DIY No: 850/Kanwil/PK/C/1978 tertanggal 29 Juni 1978. Tahun ajaran

1978/1979 SMPP 44 memiliki 316 siswa terdiri 8 kelas dan 3 program, lulusan pertama 67 siswa, 14 diterima di Proyek Perintis (kira kira 20 %) jumlah guru 26 dan 9 orang karyawan.

Tahun ajaran 1979/1980 memiliki 10 kelas jumlah siswa 358, lulus 118 diterima di proyek perintis 21 siswa. 1980/1981 ada 444 siswa, dan 39 guru, seta 9 TU, ditrima proyek perintis 18 siswa. 1981/1982 terdiri 15 kelas dengan jumlah siswa 588, lulus 150 siswa di terima Proyek Perintis 48 siswa dengan jumlah guru 39 TU 9.

Dengan SK Kakanwil Depdikbud Prov DIY No : 245/ C.IV/1981 tertanggal 23 Juni 1981 Bapak Soehardjo diangkat sebagai Kepala SMPP 44 Bantul tahun 1982/1983, terdiri 18 kelas dengan jumlah siswa 708 orang murid.

Tahun pelajaran 1983/1984, SMPP terdiri 19 kelas dengan jumlah murid 741, guru 49 dan GTT 5 karyawan 14. Bapak Drs. Soehardjo menjabat kepala SMPP hingga tanggal 12 Oktober 1985. dan terjadi perubahan dari SMPP menjadi SMA atas dasar Surat keputusan Mendikbud RI Nomor 0353/0/1985 tertanggal 9 Agustus 1988 dan mulai berlaku tanggal 9 Agustus 1985.

12 Oktober 1985 – 1991 Kepala dijabat Bapak Drs Sapardi TH, SK Nomor: 67565/C/K1985, tgl 5 Agustus 1985. 1991 – 1994 Kepala dijabat Drs. Kayadi Murdoko Sukarto, SK Nomor: 312/I.13.III/C.IV/1991, tanggal 27-4-1991 s.d. 16-4-1994. 1994 – 1999 Kepala dijabat Dra. Tumi Rahardo, SK Nomor: 597?I.13.III/IV/1994 tertanggal 6 Juni 1994 – Februari 1999

1999 – 2004 Kepala dijabat Drs. H Ngadimin, SK Nomor 3941/A2.I.2/KP/1999 tertanggal 2 Februari 1999 s.d. Oktober 2004. Mulai tanggal 1 November 2004 – 9 Februari 2009 Kepala dijabat Drs. Sartono, atas dasar SK Bupati Nomor: 99/Peg/D.4/2004. Pada tgl 9 Februari 2009 terjadi pergantian kepala dari Bapak Sartono diganti bapak Drs. H. Paimin berdasar SK Bupati Bantul Nomor: 03/peg/D.4/2009. Untuk kepala sekolah pada periode 10 Juli 2012 sampai 1 Juni 2013 adalah Dra. Titi Prawiti Sariningsih. Mulai tanggal

1 Juni 2013 sampai sekarang dijabat oleh Bapak Drs. Isdarmoko, M.Pd, M.M.Par.

Kondisi fisik di SMA 2 Bantul sudah cukup memadai, dimana sudah terdapat LCD dan komputer di setiap ruang kelas. Adanya komputer dan LCD di setiap ruang kelas sudah dimanfaatkan cukup baik oleh para guru.

SMA N 2 Bantul mempunyai fasilitas dan sarana yang meliputi sarana pendidikan serta ruang praktik dan ruang pendukung seperti berikut:

**b. Ruang kelas**

- a) Kelas X sebanyak 9 kelas, yang terdiri atas 6 kelas jurusan IPA dan 3 kelas jurusan IPS
- b) Kelas XI sebanyak 9 kelas, yang terdiri atas 5 kelas jurusan IPA dan 4 kelas jurusan IPS.
- c) Kelas XII sebanyak 9 kelas yang terdiri atas 4 kelas jurusan IPA dan 5 kelas jurusan IPS.

**c. Ruang Praktik dan Pendukung**

- 1) Ruang Tata Usaha (TU)
- 2) Ruang Kepala Sekolah
- 3) Ruang BK
- 4) Ruang guru
- 5) Laboratorium Bahasa
- 6) Laboratorium Fisika
- 7) Laboratorium Biologi
- 8) Laboratorium Kimia
- 9) Laboratorium Komputer
- 10) Aula
- 11) Ruang pertemuan kedap suara
- 12) Gazebo
- 13) Joglo
- 14) Koperasi
- 15) Perpustakaan
- 16) UKS
- 17) Ruang OSIS
- 18) Mushola

- 19) Tempat Parkir
- 20) Lapangan Upacara
- 21) Lapangan Basket
- 22) Lapangan voli
- 23) Lapangan bulu tangkis
- 24) Lapangan futsal (dalam pembangunan)
- 25) Arena lompat jauh
- 26) Kantin terpadu
- 27) Toilet
- 28) Pos Satpam
- 29) Rumah penjaga sekolah
- 30) Gudang

## 2. Kondisi Nonfisik Sekolah

Kondisi nonfisik meliputi kurikulum sekolah, potensi guru, potensi siswa, dan hubungan sekolah dengan lingkungan sekitar sekolah.

### a. Kurikulum Sekolah

SMA N 2 Bantul saat ini telah menerapkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) kecuali untuk kelas X dan XI yang mulai tahun 2013 direncanakan akan menerapkan kurikulum 2013.

### b. Potensi Guru

Pendidik dalam hal ini yang dimaksud dengan guru jika ditinjau dari pendidikan terakhirnya, disajikan dalam tabel berikut:

NO	Pendidikan	STATUS	
		Guru Tetap	Guru Tidak Tetap
1	Strata 2 (S2)	9	2
2	Strata 1 (S1)	40	11
3	Sarjana Muda (D3)	3	-
<b>JUMLAH</b>		52	13

Dari tabel tersebut terlihat bahwa yang berpendidikan S2 ada 11 orang, yang berpendidikan S1 ada 48 orang dan yang berpendidikan

D3 ada 3 orang. Mereka yang memiliki ijazah D3 rata-rata guru yang sudah pensiun.

Guru-guru SMA Negeri 2 Bantul tergolong guru-guru yang memiliki disiplin dan kepedulian yang tinggi hal ini terlihat dari ketepatan mereka masuk kelas setelah tanda bel masuk juga pulang setelah ada bel pulang dan masih banyak lagi indikator yang menunjukkan kedisiplinan dan kepedulian yang tinggi.

### c. Potensi Karyawan

Data karyawan menurut pendidikan terakhir dan statusnya disajikan dalam tabel berikut:

<b>NO</b>	<b>PENDIDIKAN</b>	<b>PEGAWAI TETAP</b>	<b>PEGAWAI TIDAK TETAP</b>
1	SD	1	2
2	SMP	1	1
3	SMA	4	8
4	SARJANA MUDA	1	0
5	SARJANA	0	4
	<b>JUMLAH</b>	7	15

Dari tabel dapat dilihat tersebut rata-rata pendidikan karyawan SMA Negeri 2 Bantul berijazah SMA, namun karyawan SMA Negeri 2 Bantul memiliki etos kerja tinggi dan cukup berpotensi untuk berkembang dalam menjalankan tugasnya. Sehingga tugas-tugas yang diembannya dapat terselesaikan dengan baik dan dapat selesai dengan tepat waktu.

### d. Potensi Siswa

Potensi siswa dalam bidang akademik maupun non-akademik sudah menunjukkan adanya peningkatan seiring dengan peningkatan prestasi akademik maupun non-akademik.

Jumlah siswa SMA N 2 Bantul dari 27 kelas sebanyak 717 siswa.

#### a) Potensi Akademik Siswa

- 1) Keterlibatan siswa dalam berkarya ilmiah sudah optimal. Hal ini dibuktikan dari prestasi siswa dibidang karya tulis ilmiah yaitu di ajang *4<sup>th</sup> Indonesia Science Project Olympiad 2012 (ISPO 2012)*
- 2) Partisipasi siswa dalam kegiatan akademik relatif tinggi. Hal ini dibuktikan dari prestasi siswa dibidang olimpiade tingkat kabupaten maupun daerah.

b) Potensi Non Akademik Siswa

Adapun kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti siswa meliputi: basket, pramuka, rohis, kelompok keolahragaan, kelompok penelitian ilmiah, kelompok ilmu pengetahuan, dll.

NO	NAMA	KEGIATAN	PERINGKAT	PENYELENGGARA	TAHUN
1	Izza Sobri	Lomba Karya Tulis Ilmiah	Juara II Tk. Provinsi	Universitas Ahmad Dahlan	2012/2013
2	Maria Vika Brigita Wuri Dita Rusdiana	FLSSN cabang Teater	Juara I Tk. Provinsi	Dinas Pendidikan Menengah dan Non Formal Bantul	
3	Abdullah Ginarsi Gestria Sari Aji Sumulyo Halim Blasius Yoga	FLSSN Cabang Band	Juara III Tk. Provinsi	Dinas Pendidikan Menengah dan Non Formal Bantul	
4	Odillia Enggar Ranum	Olimpiade Ekonomi	Juara I Tk. Provinsi	MGMP Ekonomi Provinsi	
5	Izzudin Sobri	Lomba Karya Tulis Ilmiah	Juara II Tk. Provinsi	Universitas Ahmad Dahlan	
6	Odillia Enggar Ranum	Olimpiade Ekonomi	Juara I Tk. Provinsi	MGMP Ekonomi Provinsi	
7	Muh. Misbahudin	Judo Kelas 51-55 Kg (POPDA)	Juara I Tk. Provinsi	Pengda KONI Provinsi	
8	Daendra Dewanto	Judo Kelas +73 Kg	Juara III Tk. Provinsi	Pengda KONI Provinsi	
9	Dyah Inase Sobri	Menulis Cerpen Tingkat SMA	Juara I Tk. Provinsi	Balai Bahasa	
10	Dyah Inase Sobri	Karya Tulis (Essai)	Juara III Tk. Provinsi	UGM	
11	Wahyu Reni Perwitasari	Pakib Provinsi DIY 201	Anggota Paskib Provinsi	PPI Provinsi DIY	
12	Dyah Inase Sobri	Speech Contest	Juara III Tk. Provinsi	Universitas Terbuka	
13	Oktasya Kusuma Wardani	Lomba Tari	Juara I Tk. Provinsi	Universitas Gada Mada	
14	Muhammad Nur	Lomba Karya	Juara III Tk.	Magistra Utama,	

	H. Rahman Hidayat	Tulis	Nasional	Yogyakarta		
15	Deandra Dewanto	Judo	Juara III Tk. Provinsi	Pengda Judo DIY	2013/2014	
16	Muhammad Misbahudin	Judo	Juara I Tk. Provinsi	Pengsa Judo DIY		
17	Dewanda Kresno Aji Angger Kusumo F Michael Winetu	Sepak Bola (PORPROV)	Juara II Tk. Provinsi	Kantor Pora Provinsi		
18	Sinta Dyah Utami	Pencak Silat	Juara II Tk. Provinsi	Kantor Pora Provinsi		
19	Nur Oktaviani Nita Utami	OPSI	Juara 2 Tk. Nasional	Kemendikbud, Jakarta		
20	Bekti Nur Aisyah	OSN	Juara III Tk. Provinsi	Kemendikbud, Jakarta		
21	Azizah Khoiriah Sara Septy latifah	LPB (Lomba Penelitian Belia)	Best Poster Tk. Provinsi	Surya Institute dengan DIKPORA DIY		
22	Hana Prastawa Inna Nurana Surya Adhi Nugroho	OLIMPIKNAS Lomba Kimia (Milad D3 Analisis Kimia UII)	Juara II Tk. Provinsi	Analisis Kimia UII, Yogyakarta		
23	Ratih Tyaswari	PORDA DIY ke XII 2014	Juara I Tk. Provinsi	Balai Pemuda dan Olahraga DIY		
24	Della Duaty Puspita Asri	PORDA DIY ke XII 2014	Juara II Tk. Provinsi	Balai Pemuda dan Olahraga DIY		
25	Ratih Tyaswari	Karate POR Pelajar 2014 (kata dan Kumite)	Juara I Tk. Kabupaten	Dinas Pemuda dan Olahraga Bantul		
26	Nadhea Febra	Karate POR Pelajar 2014 (kata dan Kumite)	Juara II Tk. Kabupaten	Dinas Pemuda dan Olahraga Bantul		
27	Ni Galuh	Karate POR Pelajar 2014 (kata dan Kumite)	Juara II Tk. Kabupaten	Dinas Pemuda dan Olahraga Bantul		
28	Tim Voli Putri	POR Pelajar	Juara III Tk. Kabupaten	Dinas Pemuda dan Olahraga Bantul		
29	Tim Sepak Bola Putra	POR Pelajar	Juara III Tk. kabupaten	Dinas Pemuda dan Olahraga Bantul		
30	Shinta Dyah Utami	POR Pelajar Silat	Juara II Tk. Kabupaten	Dinas Pemuda dan Olahraga Bantul		
31	Suprihatin	POR Pelajar Silat	Juara II Tk. Kabupaten	Dinas Pemuda dan Olahraga Bantul		2014/2015
32	Sufi Handayani	POPDA Senam Ritmik	Juara I Tk. Provinsi	Balai Pemuda dan Olahraga		
33	Ratih Tyaswri	POPDA Karate (Kumite, Kata	Juara I, II, III Tk. Provinsi	Balai Pemuda dan Olahraga		

		Perorangan, Beregu)		
34	Dwi Nurnaningsih	Lomba Lawatan Sejarah	Nominasi Lomba Obyek Foto Terbaik	Dinas Pariwisata Yogyakarta
35	Widiastuti	Lomba Lawatan Sejarah	Juara I Tk. Provinsi	Dinas Pariwisata Yogyakarta
36	Muh. Annas Widar, Isnaini Nur Fauziah, Suciana, Novi Dwi, Astuti, Fikri Ariyanto	LCC 4 Pilar	Juara III Tk. Provinsi	DPR/MPR
37	Mutiara Kurnia Dewi, Tsania Rosida	Lomba Tangkas Terampil SLTA Hari Kopera Ke-67	Juara Harapan I	Disperindagkop
38	Hanif Khoirul Salam, Yunanto, Muh. Ari Kusumo	Lomba Ketrampilan Penegak	Juara III	Kwartir Cab. Bantul
39	Angga Yudha Ariwibowo	Lomba Macapat	Juara II Tk. Provinsi	Sanggar Seni Satrio Gilang

**e. Hubungan Sekolah dengan Lingkungan Sekitar Sekolah**

Dukungan masyarakat sekitar sekolah sangat menentukan keberhasilan sekolah untuk menetapkan berbagai kebijaksanaan guna optimalisasi kinerja sekolah dengan pemberdayaan lingkungan sekolah. Lingkungan SMA N 2 Bantul merupakan lingkungan sekolah. Ada beberapa jenjang pendidikan seperti TK, SD dan SMP. Selain itu, sekolah ini juga berada pada lingkungan perkantoran yang sangat representative untuk mendukung kegiatan pembelajaran. Di selatan sekolah, kita bisa menemui Kantor Kejaksaan, kantor Polisi dan dinas-dinas lainnya. Letak sekolah yang tidak dekat dengan jalan utama, mendukung kondisi pembelajaran di sekolah ini karena tidak terlalu ramai oleh orang-orang yang berlalu lalang di jalan.

**f. Subjek Praktek**

Pelaksana dalam praktek pengalaman lapangan sebagai penyusun laporan ini adalah mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Nama : Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

NIM : 11104241009

## **BAB II**

### **MATERI DAN MEKANISME PELAKSANAAN**

#### **A. Materi PPL**

Bidang kegiatan PPL yang akan dilaksanakan mengacu pada kegiatan yang bermanfaat bagi iklim kehidupan sekolah. Secara garis besar bidang kegiatan yang akan dilaksanakan meliputi dua bidang, yaitu :

- **Bidang fisik**

Bidang fisik direncanakan dalam rangkaian pengadaan, pemeliharaan, dan pengoptimalan sarana prasarana yang dimiliki sekolah dalam rangka peningkatan kualitas serta profesionalisme kegiatan pembelajaran di SMA Negeri 2 Bantul

- **Bidang Non Fisik**

Bidang non fisik direncanakan untuk meningkatkan kreativitas, kemampuan, wawasan, dan pengetahuan warga SMA Negeri 2 Bantul dalam rangka peningkatan kualitas serta profesionalisme warga SMA Negeri 2 Bantul menuju persaingan global.

Dan untuk program PPL Bimbingan dan Konseling yaitu layanan bimbingan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan meliputi :

1. Layanan Dasar

- a. Bimbingan klasikal

Bimbingan klasikal yang dilaksanakan di sekolah yaitu berupa penyampaian materi layanan di dalam kelas diantaranya melalui games, ceramah dan diskusi.

- b. Pelayanan orientasi

Layanan orientasi ditujukan pada siswa guna memberikan pemahaman dan penyesuaian diri terhadap diri dan lingkungannya. Oleh karena itu, tujuan layanan orientasi adalah membantu siswa memperoleh pemahaman dan penyesuaian diri yang lebih baik terhadap lingkungan sekolah maupun terhadap dirinya sendiri. Dalam layanan orientasi ini praktikan menyampaikan orientasi secara tertulis dengan handout dan penyampaian orientasi secara lisan dengan ceramah, diskusi dan pengisian inventori,dll.

c. Pelayanan informasi

Layanan informasi merupakan materi kegiatan berupa informasi atau keterangan yang disampaikan oleh praktikan. Layanan informasi bertujuan untuk membekali siswa atau individu dengan berbagai informasi, pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan, dan mengembangkan diri. Dalam layanan informasi ini praktikan menyampaikan dengan metode penyampaian informasi secara tertulis menggunakan poster, papan bimbingan dan leaflet. Meski secara tidak langsung praktikan juga memberikan informasi secara lisan ketika bimbingan dalam kelas.

d. Bimbingan kelompok

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari praktikan yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari sebagai individu maupun sebagai siswa. Tujuan layanan bimbingan kelompok adalah siswa dapat memperoleh bahan-bahan yang digunakan sebagai pertimbangan untuk mengambil keputusan. Teknik yang bisa digunakan adalah dengan sodrodrama, psikodrama, diskusi, home room program, dll. Dan dalam hal ini praktikan menggunakan teknik permainan, video dan diskusi agar siswa tertarik dan pesan mudah tersampaikan.

e. Pelayanan pengumpulan data

Layanan pengumpulan data dilakukan untuk mengumpulkan data-data siswa untuk kepentingan bimbingan dan konseling. Pengumpulan data dapat berupa DCM, Who Am I, angket, angket sosiometri, otobiografi, data pribadi siswa alat ungkap masalah (AUM). Praktikan menggunakan angket sosiometri dan MLM (Media Lacak Masalah).

2. Pelayanan Responsif

a. Konseling individual

Layanan konseling individu dilakukan dengan tatap muka antara pembimbing dengan siswa dalam rangka pemecahan masalah siswa. Tetapi tetap pemecahan masalah ada di tangan siswa. Tujuan layanan konseling individu adalah membantu siswa untuk mengetahui dirinya, bisa mengembangkan potensi yang dimilikinya sehingga bisa mengaktualisasikan dirinya serta siswa mampu memecahkan

masalahnya. Dalam hal ini praktikan dapat melaksanakan praktik konseling individu.

b. **Konseling kelompok**

Layanan konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan agar siswa memperoleh kesempatan untuk membahas dan memecahkan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok. Masalah yang dibahas merupakan masalah individu yang saling dialami dalam kelompok. Permasalahan yang ada dibahas, didiskusikan secara bersama dalam kelompok, sehingga semua masalah yang dialami setiap individu dapat terpecahkan.

c. **Referral (Rujukan atau Alih Tangan)**

Referral atau yang sering disebut alih tangan kasus merupakan sebuah langkah yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan konseling atau praktikan yang merasa kurang memiliki kemampuan untuk menangani masalah konseli, maka sebaiknya dirinya mereferral atau mengalih tangankan konseli pada pihak lain yang berwenang, seperti psikolog, psikiater, dokter, dan kepolisian.

Namun dalam konteks program bimbingan dan konseling komprehensif/pengembangan yang dimaksudkan penyelenggaraan alih tangan kasus adalah termasuk pula guru/praktikan mata pelajaran, wali kelas, dan atau staf sekolah lainnya, atau orang tua mengalih tangankan siswa yang bermasalah kepada guru pembimbing/mahasiswa praktikan, serta sebaliknya pembimbing/mahasiswa praktikan kepada guru mata pelajaran, atau ahli-ahli lain yang relevan.

d. **Kolaborasi dengan guru Mata Pelajaran Atau Wali Kelas**

Konselor berkolaborasi dengan guru dan wali kelas dalam rangka memperoleh informasi tentang peserta didik (seperti prestasi belajar, kehadiran dan kepribadiannya), membantu menyelesaikan masalah peserta didik. Contoh kolaborasi dengan guru mata pelajaran adalah layanan pembelajaran atau penguasaan materi.

e. 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 orang tua di rumah.

f. *Peer Guidance* (Bimbingan Teman Sebaya)

Bimbingan teman sebaya ini merupakan bimbingan yang dilakukan oleh peserta didik lainnya. Peserta didik yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh konselor.

g. Konferensi Kasus

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

h. Kunjungan Rumah

Kunjungan rumah atau yang sering di sebut dengan “home visit” merupakan suatu kegiatan pembimbing untuk mengunjungi rumah konseli (peserta didik) dalam rangka untuk memperoleh berbagai keterangan-keterangan yang diperlukan dalam pemahaman lingkungan dan permasalahan siswa, dan untuk pembahasan serta pengentasan permasalahan siswa tersebut.

3. Perencanaan Individual

Praktikan 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.

Konseli menggunakan informasi tentang pribadi, sosial, pendidikan dan karir yang diperolehnya untuk (1) merumuskan tujuan, dan merencanakan kegiatan (alternatif kegiatan) yang menunjang pengembangan dirinya, atau kegiatan yang berfungsi untuk memperbaiki kelemahan dirinya; (2) melakukan kegiatan yang sesuai dengan tujuan atau perencanaan yang telah ditetapkan, dan (3) mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukannya.

#### 4. Dukungan Sistem

Dukungan sistem merupakan suatu kegiatan bimbingan dan konseling untuk bekerja sama dengan semua pihak untuk mendukung pemberian layanan. Salah satu contohnya adalah menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pelayanan bimbingan, bekerja sama dengan guru atau rekan untuk pemberian layanan pada siswa. Dalam pelaksanaan program PPL, Praktikan melaksanakan secara individu dan team teaching. Program kegiatan PPL terlaksana dengan baik. Program pemberian layanan berjalan dengan baik. Praktek mengajar dalam kelas memenuhi target min 8 kali pertemuan, bahkan praktikan lebih dari 8 kali, dan berbagai rencana program layanan bimbingan dan konseling dapat terlaksana.

### **BAB III**

#### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL**

##### **A. PERSIAPAN**

Sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), mahasiswa melakukan observasi yang terlaksana pada tanggal 8 Maret 2014. Dari observasi kondisi sekolah, observasi pembelajaran dan observasi terhadap peserta didik yang telah dilakukan di sekolah, setiap mahasiswa mendapatkan pembekalan PPL yang bertujuan untuk memberi gambaran kepada mahasiswa mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada saat praktik pengalaman lapangan. Pembekalan Praktik Pengalaman Lapangan merupakan syarat wajib bagi mahasiswa untuk dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan. Dengan mengikuti pembekalan diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan dengan hasil yang baik. Pembekalan ini telah dilaksanakan pada bulan Februari-Juni tahun 2014.

Dalam pelaksanaan pengajaran mikro setiap kelompok terdiri dari sepuluh mahasiswa dengan satu dosen pembimbing. Selain praktik mengajar, mahasiswa praktikan juga membuat satuan layanan bimbingan konseling yang meliputi praktikum bimbingan dan konseling pribadi, sosial, karir, dan belajar. Syarat wajib agar dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan, yaitu lulus mata kuliah pengajaran mikro (lulus praktikum dalam BK). Dari hasil observasi di sekolah, dan lulus pelaksanaan pengajaran mikro, mahasiswa praktikan bimbingan dan konseling membuat rancangan program praktik pengalaman lapangan yang akan di laksanakan ketika terjun dalam PPL. Program yang dibuat disesuaikan dengan kebutuhan di sekolah dan dilengkapi dengan satuan layanan. Rancangan program praktik pengalaman lapangan bimbingan dan konseling meliputi pelayanan dasar, responsif, perencanaan individual dan dukungan sistem.

##### **B. PELAKSANAAN**

Pelaksanaan program kegiatan PPL dilaksanakan selama masa PPL di SMA Negeri 2 Bantul, yang berlangsung dari tanggal 2 Juli 2014

sampai dengan 17 September 2014. Secara umum program PPL yang terdiri dari program persekolahan dan program bimbingan dan konseling di sekolah dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

Berikut ini paparan kegiatan PPL bimbingan dan konseling yang sudah dilaksanakan selama praktikan melakukan PPL di SMA Negeri 2 Bantul.

#### 1. Praktik Persekolahan

Program ini berisi kegiatan yang dilakukan praktikan secara tidak langsung berhubungan dengan kegiatan bimbingan dan konseling. Praktik persekolahan dimaksudkan untuk mengetahui, memahami, dan melibatkan mahasiswa secara langsung pada kegiatan sekolah terutama yang berhubungan dengan administrasi sekolah.

Kegiatan yang dilaksanakan pada praktik persekolahan adalah :

Piket 3S dan cek kehadiran siswa (presensi siswa).

Kegiatan piket 3S ini rutin dilakukan di sekolah setiap pagi hari. Cek kehadiran siswa dilakukan jika praktikan tidak mengajar di pagi hari dengan mengecek pada setiap kelas.

#### 2. Praktik Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Sebelum melaksanakan praktik Bimbingan dan Konseling di sekolah, praktikan telah menyusun rancangan program praktik pengalaman lapangan yang telah dilengkapi dengan satuan layanan dan materinya. Dan guru pembimbing sekolah menyetujuinya. Dengan demikian, praktikan melaksanakan program kegiatan PPL yang telah dirancang untuk SMA Negeri 2 Bantul. Kegiatan Bimbingan dan Konseling di sekolah meliputi empat bidang bimbingan, yaitu : bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir. Keempat bidang bimbingan tersebut sudah tercakup dalam rancangan PPL.

Berikut ini paparan kegiatan praktik Bimbingan dan Konseling di sekolah :

## 1. Layanan Dasar

### a. Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal atau bimbingan kelas dilaksanakan oleh praktikan yang mencakup kelas XII yang dilakukan setiap minggunya selama 1 jam pelajaran. Selain itu, mahasiswa praktikan apabila ada jam kosong diminta untuk mengisi jam dengan memberikan bimbingan klasikal di kelas.

Berikut ini paparan bimbingan klasikal yang telah dilaksanakan :

No	Hari/tanggal	Kelas	Materi
1	Selasa, 15 Juli 2014	XI MIA 2	Komunikasi yang efektif
2	Rabu, 16 Juli 2014	XII IPS 3 XII IPA 1	Komunikasi yang efektif Komunikasi yang efektif
3	Sabtu, 9 Agustus 2014	XII IPA 1	Motivasi Belajar
4	Senin, 11 Agustus 2014	X MIA 2	Asiknya Berkenalan dengan Teman Baru
5	Sabtu, 16 Agustus 2014	XII IPA 1	Meningkatkan Ketrampilan <i>Public Speaking</i>
6	Kamis, 21 Agustus 2014	XII IPA 1	Manajemen Waktu
7	Sabtu, 23 Agustus 2014	XII IPA 1	Pentingnya Menjalin Hubungan Pertemanan
8	Selasa, 26 Agustus 2014	XII IPA 2	Memahami Keadaan Diri Sendiri
9	Kamis, 28 Agustus 2014	X MIA 2	Kenakalan Remaja
10	Sabtu, 30 Agustus 2014	XII IPA 1	Informasi Perguruan Tinggi
11	Senin, 1 September 2014	X MIA 2	Memecahkan Masalah
12	Sabtu, 6 September 2014	XII IPA 1	Informasi Perguruan Tinggi
13	Sabtu, 13 September 2014	XII IPA 1	Informasi Perguruan Tinggi

Berikut ini adalah rincian dari bimbingan kelas yang telah dilakukan :

1. Hari/Tanggal : Selasa, 15 Juli 2014 (mengisi jam kosong)  
Kelas : XI MIA 2  
Materi : Komunikasi yang efektif

Tujuan : Siswa dapat memahami penyebab pesan tidak dapat tersampaikan dengan baik. Selain itu, siswa dapat mengetahui dampak jika pesan itu tidak tersampaikan dengan baik, dan siswa juga dapat berpikir tentang bagaimana agar pesan tersampaikan dan tetap terjaga isinya.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis Pelaksanaan : Penyampaian materi dilakukan pada saat mengisi jam kosong di kelas XI MIA 2 dengan bimbingan kelas menggunakan games, dan diskusi. Praktikan memberikan apersepsi terlebih dahulu sebelum melaksanakan permainan. Setelah itu, siswa diminta untuk melaksanakan permainan. Selanjutnya praktikan menyampaikan materi komunikasi yang efektif dalam bentuk diskusi. Praktikan dan siswa bersama-sama berdiskusi seputar materi komunikasi yang efektif.

Hasil : Proses bimbingan kelas dapat berjalan lancar. Siswa dapat mengikuti layanan bimbingan dengan baik, terlihat dari beberapa siswa yang mampu menjawab dan menjelaskan yang diberikan oleh praktikan. Selain itu, siswa dapat memahami maksud bimbingan yang telah disampaikan. Siswa menjadi mampu menyampaikan dan menyalurkan pesan dengan baik dengan komunikasi yang efektif bagi dirinya.

2. Hari/Tanggal : Rabu, 16 Juli 2014

Kelas : XII IPS 3 (Mengisi jam kosong)

Materi : Komunikasi yang Efektif

Tujuan : Siswa dapat memahami penyebab pesan tidak dapat tersampaikan dengan baik. Selain itu, siswa dapat mengetahui dampak jika pesan itu tidak tersampaikan dengan baik, dan siswa juga dapat berpikir tentang bagaimana agar pesan tersampaikan dan tetap terjaga isinya.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis Pelaksanaan : Penyampaian materi dilakukan pada saat mengisi jam kosong di kelas XII IPS 3 dengan bimbingan kelas

menggunakan games, dan diskusi. Praktikan memberikan apersepsi terlebih dahulu sebelum melaksanakan permainan. Setelah itu, siswa diminta untuk melaksanakan permainan. Selanjutnya praktikan menyampaikan materi komunikasi yang efektif dalam bentuk diskusi. Praktikan dan siswa bersama-sama berdiskusi seputar materi komunikasi yang efektif.

Hasil : Proses bimbingan kelas dapat berjalan lancar. Siswa dapat mengikuti layanan bimbingan dengan baik, terlihat dari beberapa siswa yang mampu menjawab dan menjelaskan yang diberikan oleh praktikan. Selain itu, siswa dapat memahami maksud bimbingan yang telah disampaikan. Siswa menjadi mampu menyampaikan dan menyalurkan pesan dengan baik dengan komunikasi yang efektif bagi dirinya.

3. Hari/Tanggal : Rabu, 16 Juli 2014

Kelas : XII IPA 1 (Mengisi jam kosong)

Materi : Komunikasi yang Efektif

Tujuan : Siswa dapat memahami penyebab pesan tidak dapat tersampaikan dengan baik. Selain itu, siswa dapat mengetahui dampak jika pesan itu tidak tersampaikan dengan baik, dan siswa juga dapat berpikir tentang bagaimana agar pesan tersampaikan dan tetap terjaga isinya.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis Pelaksanaan : Penyampaian materi dilakukan pada saat mengisi jam kosong di kelas XII IPA 1 dengan bimbingan kelas menggunakan games, dan diskusi. Praktikan memberikan apersepsi terlebih dahulu sebelum melaksanakan permainan. Setelah itu, siswa diminta untuk melaksanakan permainan. Selanjutnya praktikan menyampaikan materi komunikasi yang efektif dalam bentuk diskusi. Praktikan dan siswa bersama-sama berdiskusi seputar materi komunikasi yang efektif.

Hasil : Proses bimbingan kelas dapat berjalan lancar. Siswa dapat mengikuti layanan bimbingan dengan baik, terlihat dari beberapa siswa yang mampu menjawab dan

menjelaskan yang diberikan oleh praktikan. Selain itu, siswa dapat memahami maksud bimbingan yang telah disampaikan. Siswa menjadi mampu menyampaikan dan menyalurkan pesan dengan baik dengan komunikasi yang efektif bagi dirinya.

4. Hari/ Tanggal : Sabtu, 9 Agustus 2014

Kelas : XII IPA 1

Materi : Motivasi Belajar

Tujuan : Agar seluruh siswa dapat memiliki pemahaman tentang motivasi dalam belajar. Selain itu siswa dapat mengembangkan motivasi diri, mampu memahami arti penting belajar dan motivasi belajar dan mampu menyebutkan cara memotivasi dalam belajar.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis Pelaksanaan :Praktikan membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka dan menanyakan kabar dan kondisi peserta didik. Kemudian praktikan melakukan apresiasi kepada siswa tentang motivasi belajar. Praktikan menjelaskan secara singkat kepada siswa tentang motivasi belajar. Selanjutnya praktikan memutar video. Praktikan menanyakan kepada siswa apa makna video yang sudah diputarkan.

Hasil : Bimbingan berjalan dengan lancar. Pada saat kegiatan berlangsung terlihat antusias siswa mengikuti proses layanan. Siswa juga dapat memahami dan dapat menilai makna dari video yang telah diputarkan.

5. Hari/Tanggal : Senin, 11 Agustus 2014

Kelas : X MIA 2

Materi : Asiknya Berkenalan dengan Teman Baru

Tujuan : Siswa mampu saling mengenal satu sama lain. Selain itu siswa juga mampu menjalin keakraban antar teman.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis Pelaksanaan : Praktikan membuka kelas dengan salam pembuka dan menanyakan kabar serta kondisi peserta didik. Praktikan melakukan apresiasi kepada siswa tentang asiknya berkenalan dengan teman baru. Praktikan mengajak siswa untuk mengikuti permainan. Praktikan menjelaskan secara singkat mengenai langkah-langkah permainan. Kemudian siswa melakukan permainan. Setelah itu praktikan menanyakan kepada siswa apakah mereka memahami makna dari permainan yang sudah dilakukan. Kemudian praktikan menyampaikan kesimpulan terhadap pemecahan masalah.

Hasil : Layanan bimbingan berjalan lancar dan siswa antusias dalam mengikuti permainan. Siswa dapat menilai makna dan dapat menerima materi dari permainan yang telah dilakukan. Selain itu siswa juga dapat menjalin keakraban antar teman dan saling mengenal satu sama lain.

6. Hari/Tanggal : Sabtu, 16 Agustus 2014

Kelas : XII IPA 1

Materi : Meningkatkan Keterampilan *Public Speaking*

Tujuan : Siswa mampu mengetahui pentingnya public speaking dalam membangun hubungan interpersonal yang baik. Siswa mampu mengetahui hambatan yang timbul dan cara mengatasinya pada saat berbicara di depan umum. Membantu siswa memiliki unjuk kerja (*action*) untuk mengembangkan pemahamannya dalam kehidupan sehari-hari.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka serta menanyakan kabar dan kondisi siswa. Praktikan menanyakan apakah siswa sudah memahami apa itu makna dari *public speaking*. Kemudian praktikan mengaitkan jawaban-jawaban singan layanan materi. Praktikan mengajak siswa untuk melakukan permainan melatih keterampilan *public speaking*. Praktikan menjelaskan mekanisme keterampilan *public speaking*. Mekanismenya yaitu

praktikan memulai sebuah cerita dengan tema bebas. Ditengah-tengah cerita, praktikan menghentikan ceritanya dan menunjuk salah satu dari peserta secara acak untuk melanjutkan ceritanya. Permainan terus berlanjut sampai semua peserta mendapatkan giliran untuk bercerita. Setelah permainan selesai praktikan menanyakan kepada siswa apa makna dari permainan yang sudah dilakukan. Kemudian praktikan dan siswa bersama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan yang telah berlangsung.

Hasil : Siswa antusias dalam menerima materi yang diberikan. Siswa mampu mengetahui dan dapat meningkatkan keterampilannya dalam *berpublic speaking*.

7. Hari/Tanggal : Kamis, 21 Agustus (Mengisi jam kosong mata pelajaran bahasa jawa)

Kelas : XII IPA 1

Materi : Manajemen Waktu

Tujuan : Siswa dapat membuat jadwal sehari-hari dirumah. Selain itu, siswa juga mampu mengatur kegiatan utama dan kegiatan selingan dalam kehidupan sehari-hari.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka layanan kegiatan dengan salam pembuka dan memberikan apersepsi. Penyampaian materi menggunakan media power point dan permainan. Kemudian praktikan mengajak siswa untuk melaksanakan permainan. Praktikan memberikan instruksi yang terkait dengan pelaksanaan permainan. Setelah permainan selesai dilaksanakan, praktikan mengajak siswa untuk berdiskusi mengenai pelajaran dan nilai apa yang dapat diambil dari games yang telah dilakukan. Dan meminta siswa untuk aktif dengan cara siswa ikut menambahkan pemikirannya mengenai materi yang telah disampaikan praktikan. Sehingga siswa tidak hanya mendengarkan namun, siswa dapat aktif mengemukakan pendapatnya.

Hasil : Siswa dapat memahami materi yang telah disampaikan dan dapat memahami makna dari permainan yang telah dilakukan.

8. Hari/Tanggal : Sabtu, 23 Agustus 2014

Kelas : XII IPA 1

Materi : Pentingnya Menjalin Hubungan Pertemanan

Tujuan : Agar siswa dapat mengetahui pentingnya menjalin hubungan pertemanan. Selain itu, dapat menumbuhkan serta meningkatkan kepekaan untuk menjalin hubungan pertemanan.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis Pelaksanaan : Praktikan membuka layanan kegiatan dan menanyakan kondisi siswa. Kemudian praktikan memberikan pengantar singkat tentang rencana kegiatan. Praktikan melakukan tanya jawab kepada siswa mengenai pengertian pentingnya menjalin hubungan pertemanan. Setelah itu, praktikan memberikan materi mengenai pentingnya menjalin hubungan. Media yang digunakan adalah power point dan games. Kemudian praktikan mengajak siswa untuk bermain games. Setelah games selesai dilaksanakan, praktikan memberikan tips-tips menjalin hubungan pertemanan. Praktikan juga memberikan masukan berupa penguatan atas materi apa yang diberikan agar semakin jelas mengenai pentingnya menjalin hubungan pertemanan. Kemudian praktikan dan siswa bersama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan yang telah berlangsung dan diselingi dengan video clip sebagai relaksasi pertemanan.

Hasil : Bimbingan berjalan dengan lancar. Siswa sangat antusias selama kegiatan berlangsung. Siswa dapat memahami materi yang diberikan.

9. Hari/Tanggal : Selasa, 26 Agustus 2014

Kelas : XII IPA 2 (Mengisi jam kosong)

Materi : Memahami Keadaan Diri Sendiri

Tujuan : Siswa mampu memahami dirinya sendiri secara mendalam. Siswa juga mampu mengidentifikasi sikap, kelemahan, dan kekuatan pribadi secara mendalam. Selain itu, siswa juga dapat menerima keadaan dirinya sendiri.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka kegiatan dan menanyakan kabar kepada siswa. Kemudian praktikan melakukan apersepsi kepada siswa tentang peran mengapa kita harus memahami diri sendiri. Praktikan menjelaskan secara singkat kepada siswa tentang memahami diri sendiri. Media yang digunakan adalah power point dan games. Praktikan mengajak siswa untuk melakukan permainan. Para siswa terlihat antusias dalam melakukan permainan. Setelah melakukan permainan, praktikan menanyakan kepada siswa apakah mereka sudah memahami tentang materi yang sudah dijelaskan. Selain itu, praktikan juga menanyakan apa makna dari permainan yang telah dilakukan. Setelah itu, praktikan bersama-sama dengan siswa menyampaikan kesimpulan terhadap pemecahan masalah.

Hasil : Siswa dapat memahami materi yang sudah diberikan. Selain itu siswa dapat menilai makna permainan dari permainan yang telah dilakukan.

10. Hari/Tanggal : Kamis, 28 Agustus 2014

Kelas : X MIA 2

Materi : Kenakalan Remaja

Tujuan : Siswa dapat mencegah kenakalan remaja yang sering terjadi di kalangan remaja saat ini. Siswa juga dapat memahami dampak kenakalan remaja.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka kegiatan dan menanyakan kabar pada siswa. Kemudian praktikan menyiapkan materi yang akan ditampilkan. Media yang digunakan power point dan video. Praktikan memberikan penjelasan dan

pemahaman mengenai kenakalan remaja. Praktikan menjelaskan apa saja yang menjadi penyebab kenakalan remaja. Kemudian praktikan memutar video mengenai kenakalan remaja. Setelah melihat video praktikan melakukan refleksi, dan mengajak siswa untuk menuliskan bagaimana cara mengatasi kenakalan remaja. Setelah itu, praktikan menanyakan kepada siswa tentang pemahaman mengenai mencegah kenakalan remaja.

Hasil : Masing-masing siswa dapat mengaplikasikan pencegahan kenakalan remaja dalam kehidupan sehari-hari.

11. Hari/Tanggal : Sabtu, 30 Agustus 2014

Kelas : XII IPA 1

Materi : Informasi Perguruan Tinggi

Tujuan : Agar setiap siswa dapat memilih program studi sesuai dengan cita-citanya. Selain itu, siswa juga dapat mengetahui cara-cara memilih program studi.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka kegiatan dan menyampaikan bimbingan yang akan dilakukan. Praktikan menyampaikan apersepsi terlebih dahulu mengenai tips memilih program studi. Siswa sangat antusias dalam mengikuti materi karena mereka senang mendapat informasi mengenai perguruan tinggi. Media yang digunakan adalah power point dan video. Kemudian praktikan, meminta siswa untuk membentuk 4 kelompok untuk membahas dampak salah memilih program studi. Setelah selesai, masing-masing kelompok menunjuk perwakilan untuk membacakan hasil diskusi.

Hasil : Siswa dapat lebih menyiapkan atau merencanakan masa depannya untuk memilih program studi yang diinginkan.

12. Hari/Tanggal : Senin, 1 September 2014

Kelas : X MIA 2

Materi : Memecahkan masalah

Tujuan : Siswa mampu memecahkan masalah dan menemukan solusi-solusi alternatif dari masalahnya.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka kegiatan dan menanyakan kabar pada siswa. Praktikan memberikan layanan bimbingan dengan memberikan sedikit materi mengenai memecahkan masalah. Media yang digunakan power point dan permainan. Kemudian, praktikan mengajak siswa untuk melakukan permainan. Siswa diminta untuk membentuk 4 kelompok. Setelah itu, praktikan membagikan selembar kertas HVS berukuran A4 kepada masing-masing kelompok. Praktikan meminta siswa untuk membuat selembar kertas tersebut menembus diri sendiri peserta dari atas kepala hingga bawah kaki. Para siswa sangat antusias dalam mengikuti permainan. Praktikan berinteraksi dengan siswa melalui sesi tanya jawab mengenai pemahaman siswa yang terkait dengan permainan yang sudah dilakukan.

Hasil : Masing-masing siswa dapat menerapkan solusi dan alternatif pemecahan masalah dalam kehidupan sehari-hari.

13. Hari/Tanggal : Sabtu, 6 September 2014

Kelas : XII IPA 1

Materi : Informasi Perguruan Tinggi

Tujuan : Agar setiap siswa dapat memilih program studi sesuai dengan cita-citanya. Selain itu, siswa juga dapat mengetahui cara-cara memilih program studi.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka kegiatan dan menyampaikan bimbingan yang akan dilakukan. Praktikan menyampaikan apersepsi terlebih dahulu mengenai tips memilih program studi. Siswa sangat antusias dalam mengikuti materi karena mereka senang mendapat informasi mengenai perguruan tinggi. Media yang digunakan adalah power point dan video. Praktikan memutar video. Setelah video diputarkan, praktikan meminta siswa untuk menuliskan *map of life* di

selembar kertas. Setelah itu, praktikan menunjuk beberapa siswa untuk maju kedepan untuk membacakan *map of life*.

Hasil : Siswa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan. Siswa dapat lebih menyiapkan atau merencanakan masa depannya untuk memilih program studi yang diinginkan yang sesuai dengan cita-citanya.

14. Hari/Tanggal : Sabtu, 13 September 2014

Kelas : XII IPA 1

Materi : Informasi Perguruan Tinggi.

Tujuan : Agar setiap siswa dapat memilih program studi sesuai dengan cita-citanya.

Pelaksana Kegiatan : Praktikan

Teknis kegiatan : Praktikan membuka kegiatan dan menyampaikan bimbingan yang akan dilakukan. Praktikan menyampaikan apersepsi mengenai informasi perguruan tinggi. Media yang digunakan power point. Kemudian praktikan menyampaikan informasi mengenai perguruan tinggi dan macam-macam jurusannya.

Hasil : Siswa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan. Siswa dapat lebih menyiapkan atau merencanakan masa depannya untuk memilih program studi yang diinginkan yang sesuai dengan cita-citanya.

b. Pelayanan informasi

Layanan informasi yang dilakukan sesuai rancangan program praktik pengalaman lapangan yakni berupa papan bimbingan, leaflet, poster, Layanan informasi diberikan secara tidak langsung karena keterbatasan waktu dalam masuk kelas. Berikut ini paparan layanan informasi yang telah dilakukan:

1. Hari/tanggal : Jumat, 22 Agustus 2014

Sasaran : Seluruh warga SMA Negeri 2 Bantul

- Materi : Tips Membuat Belajar Sehari-hari yang Meyenangkan.
- Tujuan : Siswa dapat menentukan cara belajar yang sesuai dengan keinginannya. Selain itu, siswa dapat mengetahui cara belajar yang efektif.
- Media : Papan Bimbingan
- Biaya : Rp 13.000
2. Hari/Tanggal : Sabtu, 23 Agustus 2014
- Sasaran : Siswa kelas X
- Materi : Cara Efektif Menyalurkan Marah
- Tujuan : Agar siswa mampu memahami makna menyalurkan marah yang efektif. Selain itu, siswa dapat menyalurkan marah secara efektif.
- Media : Leaflet
- Biaya : Rp 10.000,-
3. Hari/Tanggal : Jum'at, 29 Agustus 2014
- Sasaran : Seluruh Siswa SMA N 2 Bantul
- Materi : Tips sukses menghadapi ujian
- Tujuan : Agar siswa mendapat nilai ujian dengan maksimal. Selain itu. Agar siswa benar-benar menguasai konsep diri dalam mengikuti ujian.
- Media : Poster
- Biaya : Rp 17.900
4. Hari/ Tanggal : Sabtu, 30 Agustus 2014
- Sasaran : Siswa kelas XII
- Materi : 5 Cara Memilih Perguruan Tinggi agar Sukses
- Tujuan : Agar siswa dapat memilih perguruan tinggi sesuai dengan cita-citanya. Selain itu, siswa dapat mengetahui cara-cara memilih perguruan tinggi.
- Media : Leaflet

Biaya : Rp 10.600

5. Hari/Tanggal : Senin, 1 September 2014  
Sasaran : Seluruh siswa SMA N 2 Bantul  
Materi : Say No To Drugs  
Tujuan : Siswa dapat memahami tentang narkoba.  
Selain itu siswa juga dapat memahami akibat pemakaian narkoba.  
Media : Poster  
Biaya : Rp 43.000

c. Bimbingan kelompok

1. Hari/Tanggal : Rabu, 3 September 2014  
Nama : Silviana, Gita, Nur Utami, Ukthi  
Kelas : XII IPA 1  
Tempat : Ruang Gazebo SMA N 2 Bantul  
Waktu : Jam pelajaran Seni Budaya  
Nama Kegiatan : Pembentukan Karir dengan Diskusi Kelompok mengenai Informasi Perguruan Tinggi  
Media : Video dan Diskusi
2. Hari/Tanggal : Sabtu, 6 September 2014  
Nama : Silviana, Gita, Nur Utami, Ukthi  
Kelas : XII IPA 1  
Tempat : Ruang Gazebo SMA N 2 Bantul  
Waktu : Jam pelajaran Multimedia  
Nama Kegiatan : Pembentukan Karir dengan Diskusi Kelompok mengenai Informasi Perguruan Tinggi  
Media : Diskusi dan Membuat Pohon Harapan

d. Pelayanan pengumpulan data

Pengumpulan data yang dilakukan adalah sebagai berikut :

- Data pribadi siswa  
Pengumpulan data saat PPL berlangsung yaitu salah satunya melalui daftar siswa asuh. Dalam buku pribadi siswa telah tercantum mengenai seluruh data diri siswa dengan lengkap.
- Angket Sosiometri  
Dalam pengumpulan data praktikan menggunakan penyebaran angket Sosiometri pada siswa kelas X MIA 2. Data sosiometri ini nantinya akan diberikan pada guru pembimbing di sekolah.

## 2. Pelayanan Responsif

a. Konseling individu

Konseling individu merupakan proses pemberian bantuan kepada individu atau peserta didik secara individual agar siswa dapat mencapai tugas perkembangannya dan dapat mengambil keputusan dalam memecahkan masalah yang dihadapinya. konseling individual yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Hari/Tanggal : Sabtu, 9 Agustus 2014  
: Senin, 18 Agustus 2014  
Nama : Ra  
Kelas : X MIA 2  
Tempat : Ruang BK  
Waktu : Istirahat  
Masalah : Kesulitan bersosialisasi, beradaptasi, dan minder.  
Teknis Pelaksanaan : Ra mengeluhkan bahwa dia ingin pindah sekolah karena minder, merasa prestasinya kurang

memuaskan dan Ra ingin dekat dengan orangtuanya yang berada di Kalimantan. Namun Ra juga mempunyai masalah yaitu dia kesulitan bersosialisasi dan beradaptasi. Di kelas Ra tidak mempunyai teman dekat. Dan dia merasa tidak ada kecocokan antara dia dengan teman-temannya. Ra merasa teman-teman dikelasnya cuek-cuek. Ra menginginkan teman-teman di kelasnya peka terhadap dirinya. Selain masalah tersebut Ra juga mengeluhkan bahwa komunikasi dengan orangtuanya agak sedikit renggang, karena setiap telepon, Ra mengatakan ingin pindah sekolah ikut dengan orangtuanya.

Ra merasa tidak nyaman dengan keadaan tersebut. Ra khawatir bahwa masalahnya itu akan mempengaruhi kehidupan di masa depannya. Ra ingin merubah perilakunya tersebut agar bisa bersosialisasi dan menghilangkan rasa minder. Akan tetapi Ra merasa kebingungan bagaimana menghilangkan kesulitan bersosialisasinya itu.

Pemecahan Masalah : Setelah proses konseling individual berlangsung Ra telah menceritakan secara singkat kebingungan yang di rasakannya. Ia mengetahui berbagai alternatif pilihan yang memang ia inginkan dan Ra mencoba untuk membuka dirinya terlebih dahulu agar Ra mempunyai teman dekat dikelasnya.

Tindak Lanjut : Praktikan menanyakan kepada Ra, bagaimana perkembangannya. Ra sudah menunjukkan perubahan. Sedikit demi sedikit Ra sudah bersosialisasi dengan teman-teman dikelasnya.

2. Hari/Tanggal : Rabu, 27 Agustus 2014  
Nama : NA  
Kelas : XII IPA 1  
Tempat : Ruang BK

Waktu : Jam Istirahat

Masalah : Mempunyai masalah dengan teman dekatnya hanya karena masalah sepele.

Teknis Pelaksanaan : Na adalah salah satu pelajar di SMA N 2 Bantul kelas XII IPA 1. Na berusia 18 tahun. Na mempunyai masalah dengan temannya. Hubungan Na dengan temannya tersebut tidak harmonis sejak lebaran. Hanya karena masalah sepele. Teman Na mengatakan, bahwa Na telah menyakiti hatinya. Tetapi Na tidak merasa kalau dia telah menyakiti hati temannya tersebut. Na sudah berusaha minta maaf kepada temannya tersebut tetapi selalu gagal. Teman Na mengatakan, dia tidak mau memaafkan Na sampai kapanpun.

Hal tersebut membuat Na merasa tidak nyaman. Sekarang Na merasa kebingungan untuk menjalin hubungan yang baik dengan temannya tersebut. Apakah Na membiarkan hubungan ketidakharmonisan ini tetap berlanjut atau Na harus memohon-mohon untuk meminta maaf kepada temannya.

Pemecahan Masalah : Setelah diadakan konseling individu, Na akan tetap terus berusaha untuk meminta maaf kepada temannya. Na ingin memperbaiki hubungan yang baik dengan temannya. Apabila temannya tidak memaafkan Na, Na akan terus sabar dan iklas dengan perlakuan temannya.

Tindak Lanjut : Setelah konseling individu berlangsung, praktikan menyakan kembali kepada Na bagaimana perkembangannya. Menurut pengakuannya Na sudah meminta maaf kepada temannya, namun temannya tersebut tetap tidak mau memaafkannya.

3. Hari/Tanggal : Senin, 1 September 2014  
Nama : ES  
Kelas : X MIA 2  
Tempat : Ruang BK  
Waktu : Jam istirahat  
Masalah : Mempunyai masalah dengan tonti.  
Setelah keluar dari tonti ES selalu disindir oleh DT (dewan tonti), itu membuat ES tidak nyaman.

Teknis Pelaksanaan : Es adalah seorang pelajar yang berada di kelas X MIA 2, yang bersekolah di SMA N 2 Bantul. Es mengeluhkan tentang perasaan yang terjadi pada dirinya. Perasaan yang membuatnya tidak nyaman jika berada di sekolah. Permasalahan ini muncul ketika Es keluar dari ekstrakurikuler tonti. Es keluar dari tonti karena ada beberapa alasan yaitu Es merasa kecapekan jika mengikuti tonti sehingga ketika belajar Es tidak bisa konsentrasi.

Ketika Es keluar dari Tonti , Es selalu disindir-sindir oleh DT (Dewan Tonti). Bukan hanya di ekstrakurikuler tonti saja Es merasa disindir, di ekstrakurikuler pramuka pun Es sering dikerjain oleh seniornya, contohnya ketika PERSAMI pada saat jalan-jalan di malam hari Es di suruh melakukan memeluk pohon dan mengatakan cinta. Pohon tersebut diibaratakan Al Gazali (artis Indonesia), setelah itu Es mendapat hukuman menari sambil bernyanyi dangdut. Seniornya mengatakan bahwa Es telah mempunyai banyak kesalahan, namun Es tidak merasa mempunyai banyak salah. Es menanyakan kepada seniornya apa salahnya, tetapi seniornya tersebut tidak bisa menjawab. Es semakin kebingungan.

Es sebenarnya tidak betah jika berada di sekolah. Yang membuat Es merasa nyaman hanya di kelasnya sendiri. Setiap Es ke kantin atau setiap Es keluar dari

kelasnya Es selalu di sindir-sindir dan di lihat oleh kakak kelasnya dengan pandangan yang sinis. Es merasa menyesal karena telah mengikuti tonti kalau kejadiannya seperti ini. Sekarang Es merasa kebingungan harus berbuat bagaimana supaya kakak kelasnya tidak memperlakukan dia seperti itu. Es merasa tidak nyaman dan tertekan jika diperlakukan seperti itu.

Pemecahan Masalah : Berdasarkan hasil konseling individual dengan Es, Es akan menghadapi tantangan dan kenyataan yang harus dihadapi. Es juga menuturkan ia akan biasa saja menghadapi semua ini, pasti seiring berjalannya waktu mereka (DT) akan berhenti menyindir-nyindir Es.

Tindak Lanjut : Setelah konseling individual, praktikan menanyakan kembali kepada Es, apakah masih disindir oleh DT dan Es menuturkan bahwa Es masih sering disindir, namun Es sudah tidak terlalu memikirkannya.

4. Hari/Tanggal : Kamis, 4 September 2014  
Nama : DV  
Kelas : X MIA 2  
Tempat : Ruang BK  
Waktu : Jam Istirahat  
Masalah : Ingin pindah ke Bogor ikut orangtua namun tidak berani mengatakan kepada Neneknya.

Teknis Pelaksanaan : Dv adalah salah satu pelajar SMA N 2 Bantul kelas X MIA 2. Dv berusia 16 tahun. Dv mengeluhkan tentang permasalahannya. Permasalahan yang dialami konseli adalah bahwa konseli ingin pindah ke Bogor ikut dengan orang tuanya. Di Jogja konseli tinggal bersama neneknya. Dv tinggal bersama neneknya

sejak Dv SMP. Dv ingin pindah ke Bogor ikut orang tuanya, namun Dv tidak berani mengatakan kepada neneknya. Karena pada pengalaman sebelumnya nenek Dv hampir tertipu. Ada orang yang mengatakan kepada nenek Dv, Dv mengalami kecelakaan. Mendengar berita tersebut nenek Dv sampai pingsan. Semenjak saat itu, Dv tidak berani mengatakan kepada neneknya kalau Dv ingin pindah ke Bogor ikut orangtuanya. Dv takut kalau sampai mengatakan hal tersebut neneknya akan jatuh sakit karena memikirkannya. Sampai sekarang Dv merasa kebingungan harus bagaimana menyelesaikan permasalahannya tersebut.

Pemecahan Masalah : Dv akan tetap tinggal bersama neneknya sampai ia lulus SMA nanti.

Tindak Lanjut : Setelah konseling individual, praktikan menanyakan kembali kepada Dv. Dv menuturkan bahwa ia akan tetap tinggal bersama neneknya sampai ia lulus SMA nanti.

b. Konseling kelompok

Berikut adalah kegiatan konseling kelompok yang kami lakukan:

Hari/ Tanggal : Selasa, 1 September 2014

Nama Siswa : Dv, St, Hn, Dt

Kelas : X MIA 2

Masalah :

- 1) Dv : Kurang belajar karena kecapekan ikut tonti; masalah asmara.
- 2) St : Males belajar, kurang belajar karena kecapekan ikut tonti.
- 3) Hn : Males belajar
- 4) Dt : Ingin pindah ke Iis, sekarang di kelas Mia tidak greget; Masalah asmara.

Pemimpin kelompok menawarkan pada anggota untuk menentukan 2 permasalahan yang akan dibahas (yang paling urgent/ mendesak) dalam konseling kelompok saat itu dan disepakati permasalahan dari Dt kemudian dilanjutkan permasalahan dari Dv

Pembahasan masalah : Pembahasan dilakukan dengan cara memberikan kesempatan kepada Dt dan dilanjutkan oleh Dv untuk menceritakan permasalahan yang dihadapinya kemudian semua anggota kelompok diberikan kesempatan untuk bertanya, memberikan usul, saran, gagasan, menyampaikan pendapatnya secara bergiliran.

Deskripsi Permasalahan:

1. Masalah yang dikeluhkan oleh Dt adalah Dt ingin pindah jurusan, ingin pindah dikelas IIS. Alasannya adalah Dt merasa jika di kelas MIA kemampuannya dalam menerima pelajaran kurang dan sekarang di kelas MIA tidak greget. Selain itu masalah yang dikeluhkan oleh konseli adalah masalah asmara. Awalnya Dt ngefans sama teman kelasnya, namun lama kelamaan Dt menjadi ilfil dan benci sekali sama temannya tersebut. Menurut Dt, temannya tersebut memakai topeng maksudnya tidak menjadi dirinya sendiri, tidak asyik, tidak nyaman berteman.

Dari permasalahan Dt muncul beberapa gagasan, saran dari anggota kelompok sebagai berikut:

Kalau bisa jangan pindah kelas, sama teman-teman kelas MIA 2 sudah lama. Kalau masalah kurang bisa menerima pelajaran semua sama. Semua itu butuh proses dari bawah, entah itu cepat atau lambat saingan banyak harusnya bisa menambah semangat belajar. Kalau sama teman jangan memilih-milih.

2. Masalah yang dikeluhkan oleh Dv adalah masalah asmara. Dv menuturkan bahwa dirinya sedang jatuh cinta kepada

seseorang namun Dv ditolak dengan orang yang disayanginya tersebut. Padahal Dv sudah banyak berkorban dan mengeluarkan banyak biaya untuk orang yang disayanginya. Contohnya, ketika orang yang disayanginya tersebut ulangtahun Dv memberikan surprise berupa kue tart, bunga mawar dan di berikan hadiah sepatu. Selain itu Dv juga membuat video tentang foto dia dengan lagu pollate.

Dv melakukan itu semua berharap cintanya diterima, Dv juga mengatakan biasanya kalau Dv melakukan hal tersebut kepada perempuan lain langsung diterima. Namun Dv ditolak dengan alasan dia mengatakan sudah ada yang disuka. Dv sakit hati dengan penolakan tersebut, Dv tidak mau berusaha lagi karena sudah ditolak. Padahal kalau Dv punya pacar semangat belajarnya bertambah.

Dari permasalahan Dt muncul beberapa gagasan, saran dari anggota kelompok sebagai berikut:

Jangan mengulangi kesalahan lagi. Kalau mengejar jangan banget-banget, sayang sama uangnya. Kita kan masih SMA uangnya bisa untuk kebutuhan yang lain.

c. Kolaborasi dengan Orang Tua

Hari/Tanggal : Jumat, 18 Juli 2014

Sasaran : Siswa Gakin Kelas X

Tujuan : Membantu siswa dalam kaitannya memperoleh bantuan beasiswa, guna untuk mengurangi beban biaya sekolah

Pelaksana : Kepala Sekolah dan Guru BK

Pelaksanaan : Kepala Sekolah memberikan pengerahan mengenai siswa yang masuk ke SMA N 2 Bantul dan menyampaikan terhadap reguler dan gakin/ keluarga miskin dan 244 dan 10 % dari 24 siswa yang masuk. Masyarakat belum

mengetahui akan jalur non rehuler. KPS = 10 siswa, Jamkesda = 25 siswa. Pihak sekolah melihat kondisi yang seperti ini dengan cara melakukan *home visit*. Memastikan keadaan sudah sesuai atau belum. Ada 24 siswa gakin, ada 25 siswa yang tidak masuk Ada beberapa yang tidak diberikan bantuan 100 %. Orangtua tetap harus memotivasi anak untuk meningkatkan prestasi setiap semesternya.

Hasil : Tidak hanya dibantu oleh sekolah. Sekolah juga mengajukan pada pada pemerintah pusat. Sarana pendukung, seragam, buku paket, sepatu, tas sudah disediakan. BSM persemester Rp 1.400.000.

d. *Peer Guidance* (Bimbingan Teman Sebaya)

Hari/Tanggal : Rabu, 10 September 2014

Sasaran : Seluruh siswa SMA Negeri 2 Bantul

Tujuan : Untuk membentuk kelompok konseling sebaya dan juga melatih kepemimpinan dalam berorganisasi.

Pelaksana : Team Teaching

Pelaksanaan :

PIK-R (Pusat Informasi Konseling Remaja) di SMA N 2 Bantul bernama PERAYA. Pembentukan PIK-R dilakukan dengan memilih beberapa anak yang aktif di masing-masing kelas untuk perwakilan. Anak-anak yang terpilih dikumpulkan dan dilakukan pembentukan kepengurusan. Anggota PIK-R ini terdiri dari kelas X dan kelas XI dengan total anggota 50 siswa.

Hasil :

Dapat terbentuk anggota PIK-R yang terdiri dari kelas X dan kelas XI dengan anggota 50 siswa

Biaya : -

e. Kunjungan Rumah (*home visit*)

1. Hari/Tanggal : Selasa, 15 Juli 2014

Nama : Chafda Larasati

Kelas : X MIA 1

Tempat : Greges, Dono Tirto, Kretek

Waktu : Sepulang sekolah

Keperluan : Bantuan Siswa Gakin  
Keterangan : Kondisi rumah baik, dinding batu bata, di ruang tamu dinding keramik. Chafda 3 bersaudara, 2 saudaranya sekolah SMP dan SD. Chafda pergi ke sekolah dengan naik motor. Pada prinsipnya orangtua mau membiayai (dikenai beban) dengan catatan ada keringanan dan kalau ada keterlambatan mohon dispensasi.

2. Hari/Tanggal : Selasa, 15 Juli 2014  
Nama : Novi Dwi Astuti C. D  
Kelas : X MIA 3  
Tempat : Biro, Selorejo, Pundong, Bantul  
Waktu : Sepulang sekolah  
Keperluan : Bantuan Siswa Gakin  
Keterangan : Orangtua bekerja dipercetakan dengan penghasilan Rp. 1.000.000,00/bulan. Penghasilan tersebut digunakan untuk membiayai sekolah dan kredit motor. Ibu sebagai Ibu Rumah Tangga. Jumlah anak ada 3, yaitu : Kuliah di STIQ, Masuk SMA, Masuk SMP. Kondisi rumah baik, dinding batu batu, dan lantai keramik dengan kursi tamu yang bagus. Pada prinsipnya orangtua mau membiayai.

3. Hari/Tanggal : Selasa, 15 Juli 2014  
Nama : Sri Isnaini  
Kelas : X MIA 5  
Tempat : Potrobayan, Srihardono, Pundong, Bantul  
Waktu : Sepulang sekolah  
Keperluan : Bantuan Siswa Gakin  
Keterangan : Nama orangtua Jayadi. Pekerjaan ayah yaitu buruh bangunan, ibu buruh tani. Sri Isnaini merupakan anak tunggal, karena kakanya meninggal. Kondisi rumah baik, lantai keramik, dinding depan keramik, kamar tamu luas. Sri Isnaini berangkat sekolah naik motor. Pada prinsipnya, orang tua mau membiayai dengan catatan keringanan biaya pembayaran sebesar 25%.

4. Hari/Tanggal : Selasa, 16 Juli 2014  
Nama : Hermi Windarti  
Kelas : X MIA 6  
Tempat : Menang, Sri Handono, Pundong, Bantul  
Waktu : Sepulang sekolah  
Keperluan : Bantuan Siswa Gakin  
Keterangan : Nama Orangtua Rajiyo. Dalam melakukan home visit, petugas tidak bertemu dengan orangtua siswa. Namun dapat diperoleh data dari tetangga, bahwa Ayahnya Hermi bekerja sebagai buruh tani, dan ibu sebagai penjual bumbu dapur di pasar. Hermi adalah 2 bersaudara. Kakaknya bekerja di Korea. Kondisi rumah baik, tembok dari batu bata, terdapat tumpukan padi didepan rumah dari hasil tani. Ada prinsipnya orangtua mampu membiayai dengan keringanan dari sekolah.

5. Hari/Tanggal : Selasa, 16 Juli 2014  
Nama : Ismiarti  
Kelas : X IIS 1  
Tempat : Grabahan, Karangtalun, Imogiri.  
Waktu : Sepulang sekolah  
Keperluan : Bantuan Siswa Gakin  
Keterangan : Nama Orang tua Wiji Daromi. Ayah bekerja sebagai buruh bangunan, dengan penghasilan Rp. 60.000,00 / hari. Ibu sebagai ibu rumah tangga dengan 3 anak. Anak pertama bekerja sebagai penjaga took dengan penghasilan Rp. 600.000,00 /bulan, anak kedua Ismiarti masuk SMA, dan anak ketiga masih SD. Kondisi rumah kecil, lantai belum disemen, kursi tamu yang seadanya. Ada prinsipnya orangtua mau membiayai dengan catatan keringanan 50%, kalau bisa 100% (gratis).

6. Hari/Tanggal : Selasa, 16 Juli 2014  
Nama : Afiyah Nur Azizah  
Kelas : X IIS 1  
Tempat : Karang talun, Karang talun, Imogiri  
Waktu : Sepulang sekolah

Keperluan : Bantuan Siswa Gakin  
Keterangan : Nama orang tua Suroda. Pekerjaan ayah sebagai penjual salome keliling, dengan penghasilan Rp. 30.000,00/hari, dan ibu sebagai penjual sayur dipasar (namun tidak tetap). Ibu menderita sakit syaraf, yang rutin cek ke dokter. Alfiah memiliki saudara kembar yang bersekolah di SMK. Alfiah berangkat ke sekolah diantar oleh ayahnya menggunakan motor gade dari tetangganya. Keadaan rumah merupakan bantuan dari pemda Bantul. Bagian belakang masih berdinding bambu gedhek. Lantai belum di semen, tidak ada kursi tamu, beralaskan tikar. Prabota rumah yang masih kosong. Ada prinsipnya, orang tua mau membiayai dengan catatan keringanan 50%, kalau bisa 100% (gratis).

7. Hari/Tanggal : Kamis, 7 Agustus 2014  
Nama : Ahmad Ilham Syahputra  
Kelas : X MIA 2  
Tempat : Karang semut, Trimulyo, Jetis, Bantul  
Waktu : Sepulang sekolah  
Keperluan : Beasiswa  
Keterangan : Nama ayah Gayeng, bekerja sebagai buruh batu. Sedangkan ibunya bernama Retno Wati, bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT), namun ibunya mempunyai pekerjaan sambilan yaitu membuat kerajinan tangan seperti peci. Harga 1 pecinya mendapat biaya sebesar Rp 2.500. Sehari bisa menyelesaikan 2-4 peci. Kondisi rumah baik, cukup besar, tembok batu bata, lantai masih tanah. Ilham mempunyai 1 saudara. Saudaranya sekolah SD kelas 2. Ilham pergi ke sekolah dijemput temannya, namun kadang-kadang diantar oleh ayahnya. Kepantasan bantuan keringanan: 50 %.

8. Hari/Tanggal : Kamis, 7 Agustus 2014  
Nama : Diah Purwanti  
Kelas : X MIA 2  
Tempat : Pucung Growong, Karang Tengah, Imogiri

Waktu : Sepulang sekolah  
Keperluan : Beasiswa  
Keterangan : Nama ayah Warjiman bekerja sebagai buruh batu. Sedangkan Ibunya bekerja sebagai tukang rosok, tetapi tidak rutin kalau sehat mencari rosok. Penghasilannya sekitar Rp 10.000 – Rp 25.000 sekali merosok. Kondisi rumah baik, lantai di dalam rumah sudah keramik namun sebagian masih tanah. Lantai di luar masih semen, pintu rumah masih belum lengkap. Diah mempunyai 1 saudara, sudah bekerja di Indomaret. Diah Purwanti berangkat sekolah naik motor. Kepantasan bantuan keringanan: 50 %.

9. Hari/Tanggal : Senin, 8 September 2014  
Nama : Syane Leola Sierita  
Kelas : X MIA 2  
Tempat : Tembi, Timbul harjo, Sewon, Bantul  
Waktu : Sepulang sekolah  
Keperluan : Bantuan Siswa Gakin  
Keterangan : Nama ayah Sriyono. Bekerja sebagai Buruh (service tv). Rata-rata penghasilan Rp 800.000 – Rp 1.000.000. Kondisi rumah baik, namun sedikit berantakan karena dipakai untuk service tv, lantai keramik. Mempunyai 1 saudara yang masih berusia 2 tahun. Kepantasan bantuan keringanan: 50%

### **3. Perencanaan Individual**

#### **a. Penyebaran Angket Sosiometri**

Angket sosiometri disebarkan pada kelas X MIA 2 pada saat jam masuk BK. Berikut ini paparan pelaksanaan kegiatan :

Kelas : X MIA 2  
Materi : Pengisian angket sosiometri  
Tujuan : Mengetahui spesifikasi permasalahan siswa  
Pelaksana Kegiatan : Team Teaching

Teknis Pelaksanaan :

Praktikan membagikan angket sosiometri, praktikan menjelaskan langkah-langkah pengisian angket sosiometri tersebut. Siswa jangan sampai lupa mengisikan identitas diri pada lembar jawab. Setelah selesai mengisi angket sosiometri siswa mengembalikan kepada praktikan guna ditindak lanjuti. Setelah mendapatkan data dari siswa yang mengisi angket sosiometri praktikan mengentri data guna memproses data yang sudah masuk. Data yang sudah diproses kemudian mendapatkan hasil berupa siswa yang populer dan non-populer, selain itu dengan angket sosiometri didapatkan pula kelompok belajar yang tepat.

Hasil :

Kegiatan pengisian angket sosiometri, berjalan dengan lancar. Angket yang di sebar diisi dan dikembalikan kepada praktikan.

Hambatan :

Dalam pengisian siswa menggunakan nama panggilan sehingga sulit untuk pencariannya

b. Pengolahan data angket sosiometri

Praktikan melakukan pengolahan angket sosiometri setelah data angket terkumpul. Pengolahan data angket dilakukan diluar jam pelajaran sekolah. Praktikan mengolah data dalam bentuk database. Waktu pengolahan dan pembuatannya memerlukan waktu yang cukup lama.

c. Hasil angket sosiometri

Hasil sosiometri adalah dalam bentuk database yang menyajikan data kelompok dan data pribadi. Setelah mendapatkan data tentang orang yang memilih dan dipilih praktikan membuat kelompok belajar.

#### **4. Dukungan Sistem**

Pada pelaksanaan PPL kali ini, praktikan menjalankan program bimbingan dan konseling yaitu dukungan sistem. Dukungan sistem kolaborasi dengan orang tua siswa. Berikut ini paparan pelaksanaan dukungan sistem yang telah dilakukan:

1. Hari/Tanggal : Jumat, 18 Juli 2014  
Sasaran : Siswa Gakin Kelas X
- Tujuan : Membantu siswa dalam kaitannya memperoleh bantuan beasiswa, guna untuk mengurangi beban biaya sekolah
- Pelaksana Kegiatan : Kepala Sekolah dan Guru BK
- Teknis Pelaksanaan : Kepala Sekolah memberikan pengarahan mengenai siswa yang masuk ke SMA N 2 Bantul dan menyampaikan terhadap reguler dan gakin/keluarga miskin dan 244 dan 10 % dari 24 siswa yang masuk. Masyarakat belum mengetahui akan jalur non reguler. KPS = 10 siswa, Jamkesda = 25 siswa. Pihak sekolah melihat kondisi yang seperti ini dengan cara melakukan *home visit*. Memastikan keadaan sudah sesuai atau belum. Ada 24 siswa gakin, ada 25 siswa yang tidak masuk Ada beberapa yang tidak diberikan bantuan 100 %. Orangtua tetap harus memotivasi anak untuk meningkatkan prestasi setiap semesternya.
- Pemecahan Masalah : Tidak hanya dibantu oleh sekolah. Sekolah juga mengajukan pada pemerintah pusat. Sarana pendukung, seragam, buku paket, sepatu, tas sudah disediakan. BSM persemester Rp 1.400.000.

5. Program PPL Individu BK

a. Pembuatan Media BK

1) Pengadaan Papan Bimbingan

Hari/Tanggal : Jumat, 22 Agustus 2014

Sasaran : Siswa SMA Negeri 2 Bantul

Tujuan : Siswa dapat menentukan cara belajar yang sesuai dengan keinginannya. Selain itu, siswa dapat mengetahui cara belajar yang efektif.

Pelaksana : Praktikan

Pelaksanaan : Pelaksanaan dilakukan secara bertahap,

yakni pembuatan poster bimbingan, pemberian frame pada papan bimbingan agar terlihat lebih menarik untuk dibaca. Tema papan bimbingan adalah “Tips Membuat Belajar Sehari-hari yang Menyenangkan”.

Hasil : Siswa dapat mengetahui cara belajar yang efektif.

Biaya : Rp 13.000

## 2) Pengadaan leaflet

a. Hari/Tanggal : Sabtu, 23 Agustus 2014

Sasaran : Siswa kelas X SMA N 2 Bantul

Tujuan : Memberikan Bimbingan pribadi melalui media yaitu berupa leaflet mengenai “Cara Efektif Menyalurkan Marah”

Pelaksana : Praktikan

Pelaksanaan : Pelaksanaan dilakukan secara bertahap, yakni pembuatan leaflet, kemudian di perbanyak sesuai dengan kebutuhan. Mengenai “Cara Efektif Menyalurkan Marah”, penyebaran leaflet diberikan pada siswa kelas X . Pengadaan leaflet berjalan dengan lancar.

Hasil : Agar siswa mampu memahami makna menyalurkan marah yang efektif. Selain itu, siswa dapat menyalurkan marah secara efektif.

Biaya : Rp 10.000

b. Hari/Tanggal : Sabtu, 30 Agustus 2014

Sasaran : Siswa kelas XII SMA N 2 Bantul

Tujuan : Memberikan Bimbingan Karir melalui media yaitu berupa leaflet mengenai “5 Cara Memilih Perguruan Tinggi agar Sukses”

Pelaksana : Praktikan

Pelaksanaan : Pelaksanaan dilakukan secara bertahap, yakni pembuatan leaflet, kemudian di perbanyak sesuai dengan kebutuhan. Mengenai “5 Cara Memilih Perguruan Tinggi agar Sukses”, penyebaran leaflet diberikan pada siswa kelas XII . Pengadaan leaflet berjalan dengan lancar.

Hasil : Agar siswa dapat memilih perguruan tinggi sesuai dengan cita-citanya. Selain itu, siswa dapat mengetahui cara-cara memilih perguruan tinggi

Biaya : Rp 10.600

### 3) Pengadaan Poster

a. Hari/Tanggal : Sabtu, 29 Agustus 2014

Sasaran : Siswa SMA N 2 Bantul

Tujuan : Memberikan Bimbingan Belajar melalui media yaitu berupa poster mengenai “Tips Sukses Menghadapi Ujian”

Pelaksana : Praktikan

Pelaksanaan : Pelaksanaan dilakukan secara bertahap, yakni pembuatan poster, pemberian frame pada poster agar terlihat lebih menarik untuk dibaca. Pengadaan poster berjalan dengan lancar.

Hasil : Agar siswa mendapat nilai ujian dengan maksimal. Selain itu. Agar siswa benar-benar menguasai konsep diri dalam mengikuti ujian.

Biaya : Rp 17.900

b. Hari/Tanggal : Senin, 1 September 2014

Sasaran : Siswa SMA N 2 Bantul

Tujuan : Memberikan Bimbingan Pribadi dan Sosial melalui media poster mengenai “Say No To Drugs”

Pelaksana : Praktikan

Pelaksanaan : Pelaksanaan dilakukan secara bertahap, yakni pembuatan poster, pemberian frame pada poster agar terlihat lebih menarik untuk dibaca. Pengadaan poster berjalan dengan lancar.

Hasil : Siswa dapat memahami tentang narkoba. Selain itu siswa juga dapat memahami akibat pemakaian narkoba.

Biaya : Rp 43.000

b. Pengadaan Angket Sosiometri

1. Hari/Tanggal : Sabtu, 27 Juli 2013

Sasaran : Siswa SMA Negeri 2 Bantul

Tujuan : Membentuk kelompok belajar siswa

Pelaksana : Praktikan

Pelaksanaan : Praktikan membagikan angket sosiometri, praktikan menjelaskan langkah-langkah pengisian angket sosiometri tersebut. Siswa jangan sampai lupa mengisikan identitas diri pada lembar jawab. Setelah selesai mengisi angket sosiometri siswa mengembalikan kepada praktikan guna ditindak lanjuti. Setelah mendapatkan data dari siswa yang mengisi angket sosiometri praktikan mengentri data guna memproses data yang sudah masuk. Data yang sudah diproses kemudian mendapatkan hasil berupa siswa yang populer dan non-populer, selain itu dengan angket sosiometri didapatkan pula kelompok belajar yang tepat.

Hasil : Dengan angket sosiometri praktikan atau guru pembimbing akan menjadi tahu tentang siswa yang populer dan non-populer di kelas. Setelah mendapatkan hasil tersebut praktikan atau guru pembimbing dapat menentukan kelompok belajar yang tepat.

Biaya : Rp 50.000,-

## 6. Program Insidental BK

### a. Pembuatan data siswa asuh

Hari/tanggal : Kamis, 17 Juli 2014; Jum'at, 18 Juli 2014; Sabtu,  
19 Juli 2014

Sasaran : Seluruh siswa SMA Negeri 2 Bantul

Tujuan : -

Pelaksana : Praktikan

Pelaksanaan : Pelaksanaan dilakukan secara bertahap. Dimana guru pembimbing memberikan data siswa dan kami praktikan mengetik dalam format yang sudah ditentukan oleh guru pembimbing. Dalam pelaksanaannya dapat berjalan dengan baik dan lancar.

Hasil : Data siswa asuh dapat terselesaikan dengan baik

Biaya : -

### b. Pembentukan PIK-R

Hari/Tanggal : Rabu, 10 September 2014

Sasaran : Seluruh siswa SMA Negeri 2 Bantul

Tujuan : Untuk membentuk kelompok konseling sebaya dan juga melatih kepemimpinan dalam berorganisasi.

Pelaksana : Team Teaching

Pelaksanaan : PIK-R (Pusat Informasi Konseling Remaja) di SMA N 2 Bantul bernama PERAYA. Pembentukan PIK-R dilakukan dengan memilih beberapa anak yang aktif di masing-masing kelas untuk perwakilan. Anak-anak yang terpilih dikumpulkan dan dilakukan pembentukan kepengurusan, Anggota PIK-R ini terdiri dari kelas X dan kelas XI dengan total anggota 50 siswa.

Hasil : Dapat terbentuk anggota PIK-R yang terdiri dari kelas X dan kelas XI dengan anggota 50 siswa

Biaya : -

### c. Pembuatan Blog BK

Hari/ Tanggal : 22 Agustus 2014 – 6 September 2014

Sasaran : Seluruh Siswa SMA N 2 Bantul

Tujuan : Memberikan Informasi mengenai BK  
Pelaksana : Team Teaching  
Pelaksanaan : Pelaksanaan dimulai secara bertahap. Mulai dari mencari materi mengenai Bimbingan Pribadi, Sosial, Belajar, Karir, Data diri Guru BK di SMA N 2 Bantul dan Informasi mengenai perguruan tinggi. Dalam pelaksanaannya dapat berjalan dengan lancar.  
Hasil : Blog dapat terselesaikan dengan baik.  
Biaya : -

### **C. ANALISIS HASIL**

#### **1. Ketertarkaitan Program dengan Pelaksanaan**

Pada pelaksanaan PPL tahun 2014 ini alhamdulillah praktikan mampu menyebut bahwa pelaksanaan PPL tahun ini sudah terlaksana dengan baik. Terbukti dengan adanya sebagian besar program PPL terlaksana sesuai dengan rencana awal. Khusus PPL Bimbingan dan Konseling sendiri praktikan dan team teaching sudah melaksanakan lebih dari 8 kali pertemuan tatap muka, bahkan sudah sampai 13 kali tatap muka. Kemudian proses pemberian layanan pun tidak hanya dilakukan dalam suasana tatap muka saja melainkan melalui media seperti papan bimbingan, leaflet dan poster. Kemudian praktikan dan team teaching tidak hanya melaksanakan kegiatan yang sudah diprogramkan namun kegiatan insidental pun sudah dilaksanakan dengan baik. Walaupun demikian kekurangan pun masih tetap dijumpai seperti pada saat penyampaian layanan karena menyesuaikan jadwal sekolah.

### **D. HAMBATAN PELAKSANAAN PPL dan CARA MENGATASINYA**

#### **1. Hambatan Pelaksanaan PPL**

Dalam pelaksanaan PPL kali ini praktikan mengalami beberapa hambatan diantaranya:

- a. Siswa kurang tertarik dengan pemberian layanan BK yang menggunakan materi
- b. Sebagian dari siswa masih kurang terbuka dengan praktikan dengan permasalahan yang ada

## 2. Solusi

- a. Agar pemberian layanan BK dapat diberikan dengan maksimal maka materi yang diberikan dapat lebih menarik sehingga siswa dapat tertarik untuk mengikuti layanan BK dengan baik.
- b. Pemberian bimbingan secara pribadi dapat dilakukan agar siswa terbiasa terbuka dengan guru BK.

## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kegiatan PPL atau Praktik Pengalaman Lapangan merupakan salah satu serangkaian program yang wajib ditempuh oleh seluruh mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. Tidak terkecuali Program Studi Bimbingan dan Konseling yang mewajibkan kegiatan PPL di sekolah. Kegiatan PPL di sekolah tahun ini telah terlaksana dengan baik terbukti dengan tercapainya program yang sudah terlaksana, selain itu terlaksana juga program insidental yang ada di sekolah.

PPL ini merupakan program yang sangat menguntungkan sekali bagi mahasiswa karena mahasiswa mengetahui dan praktik secara langsung di sekolah khususnya di SMA Negeri 2 Bantul. Hal inilah yang membuat semakin bertambahnya ilmu yang tidak dapat di dunia kampus.

#### **B. Saran**

Terlaksananya seluruh kegiatan PPL di SMA Negeri 2 Bantul dengan baik ini, agar terus ditingkatkan supaya menjadi yang terbaik. Penyusun mencoba memberi saran, semoga bermanfaat bagi diri sendiri maupun semua pihak.

1. Bagi pihak sekolah
  - a. Peningkatan layanan dan sistem administrasi BK terus dan tetap ditingkatkan
  - b. Perhatian guru BK sebagai sahabat siswa perlu ditingkatkan
  - c. Pihak sekolah untuk terus mengali potensi-potensi yang ada dalam diri siswa agar sekolah terus berprestasi. Dengan memberikan wadah penyaluran bakat, minat dan kemampuan siswa.
2. Bagi mahasiswa praktikan
  - a. Agar lebih efektif dalam pemberian layanan, diharapkan mahasiswa memberikan materi layanan sesuai dengan kondisi di sekolah.
  - b. Mahasiswa BK dapat mengoptimalkan waktu dalam proses penyampaian layanan sesuai dengan kondisi dan sarana di sekolah.
  - c. Mahasiswa praktikan BK dapat mengubah persepsi negatif BK yang selama ini telah melekat dengan citra yang positif dan BK itu menyenangkan.
3. Bagi siswa SMA Negeri 2 Bantul
  - a. Terus jaga, tingkatkan rasa sopan santun dan rasa hormat

menghormati.

- b. Taat terhadap tata tertib yang berlaku di sekolah.
  - c. Teruslah menjadi siswa yang aktif dan terus berkarya melestarikan kebudayaan dalam negeri.
4. Bagi Pihak UPPL
- a. Perlu adanya peningkatan sosialisasi peraturan tata tertib mengikuti PPL, sehingga mahasiswa lebih tertib dalam melaksanakan KKN-PPL
  - b. Selain itu peningkatan sosialisasi PPL agar mahasiswa tidak kebingungan saat diterjunkan di lapangan.
  - c. Pihak UPPL hendaknya meningkatkan pengontrolan atau monitoring ketempat lokasi PPL, agar benar-benar mengetahui mahasiswa ketika mengikuti PPL dan mahasiswa dapat terkontrol dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dr. Muh Nur Wangid, M.Si. *Pendomen Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Tidak diterbitkan.
- LPPMP. 2014. *Panduan PPL*. Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.
- .

**L  
A  
M  
P  
I  
R  
A  
N**

RANCANGAN PROGRAM PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) BIMBINGAN DAN KONSELING

SMA NEGERI 2 BANTUL

TAHUN 2014/2015

NO.	KEGIATAN	BIDANG				FUNGSI BIMBINGAN	METODE	MEDIA	WAKTU	BIAYA	KETERANGA N
		BIMBINGAN									
		P	S	B	K						
<b>1.</b>	<b>LAYANAN DASAR</b>										
	<b>a. Bimbingan Klasikal</b>										
	1. Komunikasi yang Efektif	v				Pemahaman dan Pencegahan	Games & Diskusi	Klasikal	Juli minggu Ke-3	Rp 2.000	Terlaksana
	2. Meningkatkan Keterampilan <i>Public Speaking</i>	v				Pemahaman dan Pengembangan	Games & Diskusi	Klasikal	Agustus minggu ke 2	Rp 1.500	Terlaksana
	3. Memahami Keadaan Diri Sendiri	v				Pemahaman	Games & Diskusi	Klasikal	Agustus minggu ke 4	Rp 2.000	Terlaksana
	4. Asiknya	v				Pemahaman	Games &	Klasikal	Agustus minggu	Rp 5.000	Terlaksana

Berkenalan  
dengan Teman  
Baru

Diskusi

ke 2

**b. Layanan Orientasi**

1. Manajeman Waktu	v		Pemahaman	Langsung	Diskusi & Games	Agustus minggu ke 3	Rp 15.000	Terlaksana
2. Tips Membuat Belajar Sehari-hari yang Menyenangkan		v	Pemahaman dan Penyesuaian	Tidak Langsung	Papan Bimbingan	Agustus minggu ke 3	Rp 13.000	Terlaksana
3. Pentingnya Menjalin Hubungan Pertemanan	v	v	Pemeliharaan	Langsung	Diskusi & Games	Agustus minggu ke 3	Rp 2.000	Terlaksana

**c. Layanan Informasi**

1. 5 Cara Memilih		v	Pencegahan	Tidak	Leaflet	Agustus minggu	Rp 10.600	Terlaksana
-------------------	--	---	------------	-------	---------	----------------	-----------	------------

Perguruan Tinggi agar Sukses Kuliah				Langsung		ke 4		
2. Memecahkan Masalah	v	v	Pemahaman dan Pengembangan	Langsung	Diskusi & Games	September minggu ke 1	Rp 3.000	Terlaksana
3. Say No To Drugs	v		Pencegahan	Tidak Langsung	Poster	September minggu ke 1	Rp 27.000	Terlaksana
4. Kenakalan Remaja	v	v	Pencegahan	Langsung	Video & Diskusi	Agustus minggu ke 3	Rp 2.000	Terlaksana
5. Tips sukses menghadapi ujian		v	v	Pemahaman	Tidak Langsung	Poster ke 4	Rp 2.900	Terlaksana
6. Cara efektif menyalurkan marah	v	v	Pencegahan	Tidak Langsung	Leaflet	Agustus minggu ke 3	Rp 10.000	Terlaksana
7. Motivasi Belajar		v	Pemahaman dan Pengembangan	Langsung	Diskusi & Video	Agustus minggu ke 2	Rp 1.500	Terlaksana

**d. Bimbingan Kelompok**

1. Informasi Perguruan Tinggi	v	Pemahaman	Diskusi dalam kelompok kecil	-	September Minggu ke 1	Rp 10.000	Terlaksana
-------------------------------	---	-----------	------------------------------	---	-----------------------	-----------	------------

**e. Layanan****Pengumpulan Data**

1. Data pribadi siswa	v	Pencegahan	-	Kartu pribadi siswa	Juli minggu ke 3	-	Terlaksana		
2. MLM (Media Lacak Masalah)	v	v	v	v	Pencegahan	-	Angket Agustus minggu ke 1	Rp 6.000	Terlaksana
3. Presensi siswa	v	pencegahan	-	Buku presensi siswa	Juli- September	-	Terlaksana		
4. Angket Sosiometri	v	Penyesuaian	-	Angket	Agustus minggu ke 3	-	Terlaksana		

**2. LAYANAN**

**RESPONSIF**

a. Konseling individual	v	v	v	v	Penyembuhan	Konseling individual		Sesuai kebutuhan	-	Terlaksana
b. Konseling kelompok	v	v	v	v	Penyembuhan	Konseling kelompok		Sesuai kebutuhan	-	
c. Home visit	v	v	v	v	Penyembuhan	-	Form Home Visit	Sesuai Kebutuhan	-	Terlaksana

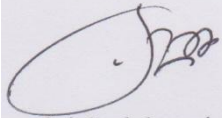
**3. PERENCANAAN INDIVIDUAL**

a. Penyebaran sosiometri	v							Agustus minggu ke 3	-	Terlaksana
b. Analisis sosiometri		v			Penyesuaian	-	Angket	Agustus minggu ke 4	-	Terlaksana
c. Sosiogram		v						Agustus minggu ke 4	-	Terlaksana

	d. Pembuatan kelompok belajar					v								September minggu ke 1	
<b>4.</b>	<b>DUKUNGAN SISTEM</b>														
	a. Kolaborasi dengan guru mapel dan wali kelas					v	Adaptasi dan penyembuhan	Konseling individual	Hasil belajar siswa	Sesuai kebutuhan	-				
	b. Kolaborasi dengan orang tua	v	v	v	v		Penyembuhan	-	Surat panggilan orang tua	Sesuai kebutuhan	-			Terlaksana	
	c. Kolaborasi dengan pihak luar sekolah	v	v	v	v		Pencegahan	-	Surat kerja sama	Sesuai kebutuhan	-				
<b>JUMLAH</b>														<b>Rp. 113.500</b>	

Yogyakarta, Juni 2014

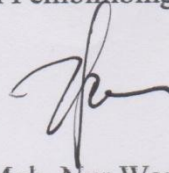
Guru Pembimbing



Sri Sudalmani, S.Pd

**NIP 19630101 198903 2008**

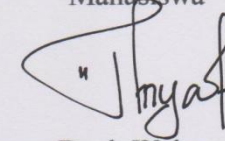
Dosen Pembimbing Lapangan



Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si

**NIP. 19660115 199303 1 003**

Mahasiswa



Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

**NIM. 11104241009**







	b. Pelaksanaan							1							1
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut							1							1
	2. Memecahkan Masalah														
	a. Persiapan								1						1
	b. Pelaksanaan								1						1
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut								1						1
	3. Say No To Drugs														
	a. Persiapan								2						2
	b. Pelaksanaan								1						1
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut								1						1
	4. Tips Sukses Menghadapi Ujian														
	a. Persiapan							2							2
	b. Pelaksanaan							1							1
	c. Evaluasi							1							1
	5. Kenakalan Remaja														
	a. Persiapan							5							5
	b. Pelaksanaan							1							1
	c. Evaluasi dan Tindak							1							1

	Lanjut													
	6. Cara Efektif Menyalurkan Marah													
	a. Persiapan						2							2
	b. Pelaksanaan						1							1
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut						1							1
	7. Motivasi Belajar													
	a. Persiapan						1							1
	b. Pelaksanaan						1							1
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut						1							1
	8. Tips Memilih Program Studi													
	a. Persiapan							1	1					2
	b. Pelaksanaan							1	1					2
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut							1	1					2
	<b>d. Bimbingan Kelompok</b>													
	1. Informasi Perguruan Tinggi													
	a. Persiapan									2				2
	b. Pelaksanaan									2				2
	c. Evaluasi dan Tindak									1				1

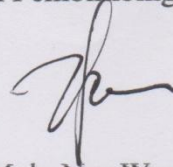
	Lanjut														
	<b>e. Pelayanan Pengumpul Data</b>														
	1. Data pribadi siswa														
	a. Persiapan			1		1									2
	b. Pelaksanaan			1		1									2
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut			1		1									2
	2. Presensi Siswa														
	a. Persiapan			1											1
	b. Pelaksanaan					1	1	1	1	1	1				6
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut					1	1	1	1	1	1				6
	3. MLM (Media Lacak Masalah)														
	a. Persiapan					1	1								2
	b. Pelaksanaan					1	1								2
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut					1	1								2
	4. Angket Sosiometri														
	a. Persiapan							1							1
	b. Pelaksanaan							4							4
	c. Evaluasi dan Tindak							1							1







Dosen Pembimbing Lapangan

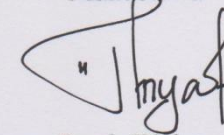


Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si

**NIP. 19660115 199303 1 003**

Yogyakarta, September 2014

Mahasiswa



Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

**NIM. 11104241009**

### FORMAT KEGIATAN PPL BK DI SEKOLAH

Nama Mahasiswa : Anggoro Dyah Wahyu Andiyati NIM : 11104241009

Lokasi PPL : SMA N 2 Bantul

No	Hari/Tanggal	Kegiatan yang Dilakukan	Paraf Guru Pembimbing
1.	Rabu, 2 Juli 2014	- Membantu kegiatan PPDB	
2.	Kamis, 3 Juli 2014	- Membantu kegiatan PPDB	
3.	Jum'at, 4 Juli 2014	- Membantu kegiatan penerimaan PPDB	
4.	Sabtu, 5 Juli 2014	- Membantu daftar ulang PPDB - Mengentri data siswa	
5.	Senin, 7 Juli 2014	- Menjadi pengawas tes peminatan kelas X - Mengoreksi jawaban tes - Mengentri Nilai	
6.	Selasa, 8 Juli 2014	- Membantu membuat format pendataan sekolah	
7.	Jum'at, 11 Juli 2014	Diskusi pelaksanaan Mos yang akan diadakan pada tgl 15 juli 2014	
8.	Senin, 14 Juli 2014	- Apel pagi - Kordinasi guru bk - Home visit siswa gakin - Kartu pribadi	
9.	Selasa, 15 Juli 2014	- Memberikan game pada kegiatan mos. - Masuk kelas XI MIA 2	

- memberikan materi mengenai “Komunikasi yang Efektif”
  - Home visit siswa gakin.
- 10. Rabu, 16 Juli 2014
  - Masuk kelas XII IPS 3
  - memberikan materi mengenai “Komunikasi yang Efektif”
  - Masuk kelas XII IPA 1
  - memberikan materi mengenai “Komunikasi yang Efektif”
  - Home visit siswa gakin.
- 11. Kamis, 17 Juli 2014
  - Membantu entri DAPODIK
  - Administrasi BK
  - Membuat laporan home visit
- 12. Jum’at, 18 Juli 2014
  - Administrasi BK
  - Membuat laporan home visit
  - Rapat wali murid siswa gakin
- 13. Sabtu, 19 Juli 2014
  - Membantu rapat wali murid siswa kelas X
  - Administrasi BK
  - Membantu entri DAPODIK
- 14. Senin, 21 Juli 2014
  - Membantu merekap buku di perpustakaan
- 15. Senin, 4 Agustus 2014
  - Syawalan dengan keluarga besar SMA N 2 BANTUL
- 16. Rabu, 6 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Apel pagi dan syawalan bersama warga SMA N 2 BANTUL
  - Rapat koordinasi dengan guru BK
- 17. Kamis, 7 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Membagikan DCM

- Home visit ke Imogiri
- 18. Jum'at, 8 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Administrasi BK
  - Laporan home visit
- 19. Sabtu, 9 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Masuk kelas XII IPA 1 mengenai "Motivasi Belajar"
  - Konseling Individual dengan siswa R kelas X MIA 2
- 20. Senin, 11 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Upacara bendera
  - Piket absen
  - Masuk kelas X MIA 2 mengenai "Asiknya berkenalan dengan teman baru"
- 21. Selasa, 12 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Administrasi BK
- 22. Rabu, 13 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Piket absen
  - Penyebaran IKMS untuk program sekolah
  - Penggalan Informasi terhadap siswa Riska dengan memanggil 3 temannya (H, P, Y) X MIA 2
- 23. Kamis, 14 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Entri data IKMS
- 24. Jum'at, 15 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Piket guru
- 25. Sabtu, 16 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Masuk kelas XII IPA 1 mengenai "Meningkatkan

Keterampilan *Public Speaking*”

26. Minggu, 17 Agustus 2014 - Upacara memperingati HUT RI ke 69 di SMA N 2 Bantul
27. Senin, 18 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Piket Tatib
  - Piket absen
  - Mendampingi teman masuk kelas XII IPS 2
  - Konseling Individual siswa R X MIA 2
28. Selasa, 19 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Absen Tatib
  - Mendampingi teman masuk kelas X IIS 2
  - Piket guru
29. Rabu, 20 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Absen tatib
  - Piket absen
  - Entri data IKMS
30. Kamis, 21 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Piket tatib
  - Masuk kelas XII IPA 1 mengenai “Manajemen Waktu”
  - Mendampingi teman masuk kelas XII IPA 3
  - Rapat Koordinasi BK
31. Jum’at, 22 Agustus 2014
  - Piket 3S
  - Mendampingi teman masuk kelas XII IPA 4
  - Memasang Papan Bimbingan
  - Membuat Blog BK

32. Sabtu, 23 Agustus 2014
- Masuk kelas XII IPA 1 mengenai “Pentingnya menjalin hubungan dengan teman sebaya”.
  - Administrasi BK
  - Menyebarkan Leaflet mengenai “Cara efektif menyalurkan marah”
33. Senin, 25 Agustus 2014
- Upacara Bendera
  - Piket 3S
  - Piket Absensi
  - Membuat Blog BK
34. Selasa, 26 Agustus 2014
- Piket 3S
  - Piket Tatib
  - Masuk kelas XII IPA 2 mengenai “Memahami Keadaan Diri Sendiri”
35. Rabu, 27 Agustus 2014
- Piket 3S
  - Piket Tatib
  - Piket Absensi
  - Konseling Individual N kelas XII IPA 1
  - Administrasi BK
36. Kamis, 28 Agustus 2014
- Piket 3S
  - Masuk kelas X MIA 2 mengenai “Kenakalan Remaja”
  - Menyebar Sosiometri
37. Jum’at, 29 Agustus 2014
- Piket 3S
  - Menempel foto peserta didik
  - Menempel Poster
  - Membuat Blog BK
38. Sabtu, 30 Agustus
- Masuk kelas XII IPA 1 mengenai “Informasi

- 2014 perguruan tinggi”
- Menyebarkan leaflet “Tips menentukan perguruan tinggi”
39. Senin, 1 September 2014
- Upacara Bendera
  - Piket 3S
  - Konseling Individual S kelas X MIA 2
  - Masuk kelas X MIA 2 mengenai “Memecahkan Masalah”
40. Selasa, 2 September 2014
- Piket 3S
  - Mendampingi teman masuk kelas X MIA 3 mengenai “Pemalu”
  - Konseling Kelompok
41. Rabu, 3 September 2014
- Piket 3S
  - Piket Tatib
  - Piket Absensi
  - Bimbingan Kelompok mengenai “Informasi Perguruan Tinggi”
42. Kamis, 4 September 2014
- Piket 3S
  - Administrasi Sekolah
  - Konseling Individual D kelas X MIA 2
43. Jum’at, 5 September 2014
- Piket 3S
  - Administrasi Sekolah
  - Membuat Blog BK
44. Sabtu, 6 September 2014
- Piket 3S
  - Membuat Blog BK
  - Masuk Kelas XII IPA 1 mengenai “Informasi Perguruan Tinggi”

- Bimbingan Kelompok  
mengenai “Informasi  
Perguruan Tinggi”

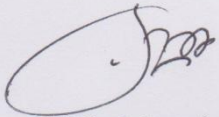
45. Senin, 8 September  
2014

- Upacara Bendera  
- Piket 3S  
- Piket Absensi  
- Home Visit

Yogyakarta, Agustus 2014

Mengetahui,

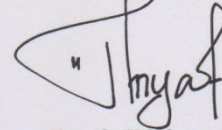
Guru Pembimbing



Sri Sudalmani, S.Pd

NIP 19630101 198903 2008

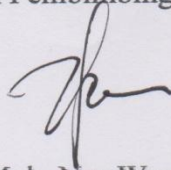
Mahasiswa



Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

NIM. 11104241009

Dosen Pembimbing Lapangan



Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si

NIP. 19660115 199303 1 003

**LEMBAR SERAH TERIMA  
MEDIA BIMBINGAN DAN KONSELING**

Yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa PPL BK UNY 2014:

Nama : Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM : 11104241009  
Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

Dengan ini telah menyerahkan media Bimbingan dan Konseling dalam rangka pelaksanaan program PPL individu tahun 2014 yang berlokasi di SMA Negeri 2 Bantul, dengan tujuan untuk melengkapi media BK yang ada yaitu berupa

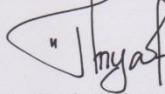
1. 1 buah papan bimbingan mengenai "Tips Membuat Belajar Sehari-hari yang Menyenangkan" yang diletakkan di ruang BK.
2. 2 buah poster mengenai "Say No To Drugs" dan "Tips Menghadapi Ujian"
3. Materi layanan BK dengan media leaflet
4. Laporan hasil analisis MLM (Media Lacak Masalah)
5. Laporan hasil analisis Sosiometri
6. Satuan Layanan (SATLAN).

Demikian pernyataan ini kami buat, semoga pengadaan media yang sudah dilakukan dapat digunakan dengan sebaik-baiknya dalam peningkatan kualitas layanan di SMA N 2 Bantul, Bantul.

Yogyakarta, September 2014

Pihak yang menyerahkan,

Mahasiswa



Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

**NIM. 11104241009**

Pihak yang menerima,

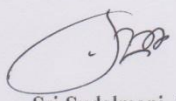
Kepala sekolah SMA Negeri 2 Bantul



Drs. Jafar Moko, M.Pd, M.M.Par

**NIP 19640727 199303 1 003**

Guru Pembimbing



Sri Sudalmani, S.Pd

**NIP 19630101 198903 2008**

## LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL

### A. Identitas Konseli

1. Nama : RA (Disamarkan)
2. Umur : 15 tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Siswa Kelas : X MIA 2
5. Pendidikan : Pelajar

### B. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

Ra adalah salah satu siswa kelas X MIA 2 yang bersekolah di SMA N 2 Bantul. Ra mengeluhkan bahwa dia ingin pindah sekolah karena minder, merasa prestasinya kurang memuaskan dan Ra ingin dekat dengan orangtuanya yang berada di Kalimantan. Namun Ra juga mempunyai masalah yaitu dia kesulitan bersosialisasi dan beradaptasi. Di kelas Ra tidak mempunyai teman dekat. Dan dia merasa tidak ada kecocokan antara dia dengan teman-temannya. Ra merasa teman-teman dikelasnya cuek-cuek. Ra menginginkan teman-teman di kelasnya peka terhadap dirinya. Selain masalah tersebut Ra juga mengeluhkan bahwa komunikasi dengan orangtuanya agak sedikit renggang, karena setiap telepon, Ra mengatakan ingin pindah sekolah ikut dengan orangtuanya.

Ra merasa tidak nyaman dengan keadaan tersebut. Ra khawatir bahwa masalahnya itu akan mempengaruhi kehidupan di masa depannya. Ra ingin merubah perilakunya tersebut agar bisa bersosialisasi dan menghilangkan rasa minder. Akan tetapi Ra merasa kebingungan bagaimana menghilangkan kesulitan bersosialisasinya itu.

### C. Kerangka Kerja Teoritik

Konsep perilaku menurut konseling realitas lebih dihubungkan dengan perilaku yang tepat atau perilaku yang tidak tepat. Menurut Glasser, bentuk dari perilaku yang tidak tepat tersebut disebabkan karena ketidakmampuannya dalam memuaskan kebutuhannya, akibat kehilangan "sentuhan" dengan realitas objektif, dia tidak dapat melihat sesuatu sesuai dengan realitasnya, tidak dapat melakukan atas dasar kebenaran, tanggung jawab dan realitas.

Menurut Glasser basis dari terapi realitas adalah membantu para klien dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya, yang mencakup "kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik bagi diri kita sendiri maupun bagi orang lain".

Terapi realitas menekankan pada masalah benar dan salah yang harus diperhadapkan kepada konseli sebagai kenyataan atau realitas. Terapi realitas menekankan pertimbangan menyangkut nilai-nilai. Ia menekankan bahwa perubahan mustahil terjadi tanpa melihat pada tingkah laku dan membuat beberapa ketentuan mengenai sifat-sifat konstruktif dan destruktifnya. Terapi realitas menolong individu untuk memahami, mendefinisikan, dan mengklarifikasi tujuan hidupnya.

### D. Diagnosis

Berdasarkan pemaparan yang dilakukan oleh konseli, dapat disimpulkan bahwa konseli mengalami masalah kesulitan bersosialisasi, beradaptasi, dan minder. Ra ingin merubah sikapnya tersebut, namun Ra merasa tidak mampu

untuk membuka diri terlebih dahulu. Menurut Ra, sulit bagi dia untuk bersosialisasi dengan lingkungan kelasnya.

## **E. Prognosis**

Berdasarkan diagnosis, masalah yang dihadapi konseli disebabkan karena dia tidak mampu memahami realita yang ada. Ra beranggapan bahwa harus ada dukungan dari lingkungan kelasnya agar dia dapat bersosialisasi dengan mudah. Padahal perubahan dalam diri Ra merupakan tanggung jawabnya sendiri. Ra seharusnya mampu untuk memikul tanggung jawabnya sendiri untuk masa depannya. Masalah yang dihadapi oleh Ra dapat dibantu dengan Terapi Realitas. Konseli dibantu untuk memikul tanggung jawabnya sendiri dan memiliki control terhadap dirinya sendiri.

## **F. Fokus Perhatian atau sasaran Konselor dalam Membantu Konseli**

Disini konselor membantu untuk memandirikan konseli agar dapat menemukan solusi yang terbaik dalam memecahkan masalahnya.

## **G. Tujuan Konseling**

1. Membantu konseli agar memiliki kontrol yang lebih besar terhadap kehidupannya sendiri dan mampu membuat perubahan yang lebih baik.
2. Membantu konseli untuk lebih bertanggung jawab atas pilihannya.
3. Menolong konseli untuk lebih bertanggung jawab atas pilihannya.

## **H. Layanan Konseling**

### **1. Pendekatan yang Digunakan**

Berdasarkan diagnosis dan kerangka kerja teoritik, maka masalah konseli dapat diatasi dengan terapi Realitas. Melalui terapi ini konseli dibantu untuk memikul tanggung jawab atas perilakunya dan memahami realita. Konseli akan dibantu untuk memilih pilihan yang bijaksana untuk pilihan yang lebih baik.

### **2. Teknik yang Digunakan**

Menggunakan teknik WDEP. Merupakan akronim dari *Wants* (keinginan), *Direction* (arahan), *Evaluation* (penilaian), dan *Planning* (rencana). Teknik ini digunakan untuk membantu konseli menilai keinginan-keinginannya, perilaku-perilakunya, dan merumuskan rencana-rencana. Konseli bersama konselor merumuskan bersama-sama keinginan konseli yang sebenarnya.

### **3. Langkah- langkah Konseling**

- a. Langkah pertama, konselor membina hubungan dan keterlibatan emosi serta kerjasama konseli. Dengan cara penyambutan, penciptaan hubungan baik, strukturing, mendengarkan keluhan klien, dan mempersetujuan tujuan.
- b. Langkah kedua, konselor meminta konseli untuk mengungkapkan perilaku atau tindakan konseli pada saat akhir-akhir ini. Dengan cara mengungkapkan perilaku saat ini, keinginan, kebutuhan, dan persepsinya apa yang dilakukan, bagaimana, waktu/kapan melakukannya dan perasaan terkait dengan perilakunya.
- c. Langkah ketiga, konselor mendorong konseli untuk menyusun rencana perilaku/tindakan yang realistis sesuai dengan tuntutan lingkungan dan kebutuhan/ keinginan, terinci, keterkelolaan, dan



## LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL

### A. Identitas Konseli

1. Nama : NA (Disamarkan)
2. Umur : 18 tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Siswa Kelas : XII IPA 1
5. Pendidikan : Pelajar

### B. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

Na adalah salah satu pelajar di SMA N 2 Bantul kelas XII IPA 1. Na berusia 18 tahun. Na mempunyai masalah dengan temannya. Hubungan Na dengan temannya tersebut tidak harmonis sejak lebaran. Hanya karena masalah sepele. Teman Na mengatakan, bahwa Na telah menyakiti hatinya. Tetapi Na tidak merasa kalau dia telah menyakiti hati temannya tersebut. Na sudah berusaha minta maaf kepada temannya tersebut tetapi selalu gagal. Teman Na mengatakan, dia tidak mau memaafkan Na sampai kapanpun.

Hal tersebut membuat Na merasa tidak nyaman. Sekarang Na merasa kebingungan untuk menjalin hubungan yang baik dengan temannya tersebut. Apakah Na membiarkan hubungan ketidakharmonisan ini tetap berlanjut atau Na harus memohon-mohon untuk meminta maaf kepada temannya.

### C. Kerangka Kerja Teoritik

Karakteristik perilaku bermasalah adalah pengasingan yaitu orang yang tidak memperoleh penghargaan secara positif dari orang lain, ketidakselarasan antara pengalaman dan self (tidak kongruensi), mengalami kecemasan yang ditunjukkan oleh ketidakkonsistenan mengenai konsep dirinya, defensif, dan perilaku yang salah penyesuaiannya.

Konseli dalam hal ini merasa ada ketidaknyamanan akibat ideal self dan real selfnya berbeda. Konseli menginginkan hubungan dirinya dan temannya baik-baik saja, namun karena pemikiran masing-masing membuat dirinya dan temannya tersebut kurang harmonis.

### D. Diagnosis

Masalah utama konseli yaitu kesalahpahaman komunikasi antara konseli dan temannya yang diakibatkan oleh permasalahan yang ada sebelumnya. Keinginan konseli yaitu memiliki hubungan yang baik dengan temannya tersebut. Namun karena kesalahpahaman mengakibatkan keengganan konseli untuk berkomunikasi dengan temannya tersebut.

### E. Prognosis

Sejalan dengan pendekatan *Person Centered Counseling*, konselor menjadi pendamping konseli dalam mengutarakan hal-hal yang ia rasakan, dan membantu mencari solusinya. Sehingga konseli mampu menyadari sendiri apa yang ia rasakan dan tindakan apa yang akan dia lakukan selanjutnya.

### F. Fokus Perhatian atau sasaran Konselor dalam Membantu Konseli

Disini konselor membantu untuk memandirikan konseli agar dapat menemukan solusi yang terbaik dalam memecahkan masalahnya.

## **G. Tujuan Konseling**

Dari pandangan Rogers tentang kepribadian, Rogers menaruh perhatian pada keadaan psikologis yang sehat. Artinya bahwa setiap proses konseling diharapkan dapat membantu klien dalam menemukan konsep dirinya. Secara ideal tujuan konseling berpusat pada person terbatas oleh tercapainya pribadi yang kongruensi.

Rogers mengemukakan tujuan konseling pada dasarnya sama dengan tujuan kehidupan yaitu *fully functioning person*, yaitu pribadi yang berfungsi sepenuhnya, meskipun memiliki sedikit perbedaan.

Secara singkat tujuan konseling itu sendiri mencakup: terbuka terhadap pengalaman, adanya kepercayaan terhadap organismenya sendiri, kehidupan ekstensial yaitu sepenuhnya dalam setiap momen kehidupan, perasaan bebas dan kreatif.

## **G. Layanan Konseling**

### **1. Pendekatan yang digunakan**

Pendekatan yang digunakan adalah *Person Centered Counseling*.

Karakteristik perilaku bermasalah adalah pengasingan yaitu orang yang tidak memperoleh penghargaan secara positif dari orang lain, ketidakselarasan antara pengalaman dan self (tidak kongruensi), mengalami kecemasan yang ditunjukkan oleh ketidakkonsistenan mengenai konsep dirinya, defensif, dan perilaku yang salah penyesuaiannya.

### **2. Langkah- langkah Konseling**

- a. Langkah pertama, konseli datang ke konselor dalam kondisi penyesuaian diri yang tidak baik.
- b. Langkah kedua, saat konseli menjumpai konselor dengan penuh harap dapat memperoleh bantuan jawaban atas permasalahan yang sedang dialami, dan menemukan jalan atas kesulitan-kesulitannya. Perasaan yang ada pada konseli adalah ketidakmampuan mengatasi kesulitan hidupnya.
- c. Langkah ketiga, pada awal konseling konseli menunjukkan perilaku, sikap, dan perasaannya yang kaku. Dia menyatakan permasalahan yang dialami kepada konselor secara permukaan dan belum menyatakan pribadi yang dalam. Pada awal-awal ini konseli cenderung mengeksternalisasi perasaan dan masalahnya. Karena kondisi yang diciptakan konselor kondusif, dengan sikap empati dan penghargaan, konselor terus membantu konseli untuk mengeksplorasi dirinya secara lebih terbuka.
- d. Langkah keempat, Konseli mulai menunjukkan sikapnya yang lebih menyatakan diri yang sesungguhnya. Konseli mulai menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku, membuka diri terhadap pengalamannya, dan belajar untuk bersikap lebih matang dan lebih teraktualisasi, dengan jalan menghilangkan pengalaman yang didistorsinya (diputar balikkan).

### **3. Pelaksanaan Konseling**

Hari/ Tanggal : Rabu, 27 Agustus 2014  
Waktu : 10.00- 10.15 (Istirahat pertama)  
Tempat : Ruang BK

## **H. Evaluasi**

### **1. Hasil yang Ingin Dicapai**

Konseli ingin memperbaiki hubungan yang baik dengan temannya tersebut dan konseli berharap temannya tersebut mau memaafkan

kesalahannya.

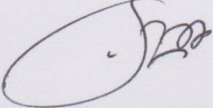
## 2. Hasil yang Telah Dicapai

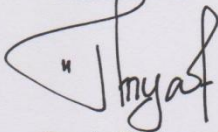
Konseli mampu terbuka kepada konseli dengan menceritakan isi hatinya yang sedang merasa kebingungan dengan masalah yang dihadapinya. Konseli berusaha untuk meminta maaf kembali kepada temannya, dan menjelaskan maksud awal dari permasalahan tersebut agar tidak terjadi *miss-communication*.

## I. Rencana Tindak Lanjut

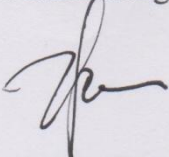
Melaksanakan konseling individu lanjutan apabila diperlukan.

Yogyakarta, 29 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan  
  
Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si  
NIP. 19660115 199303 1 003

## LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL

### A. Identitas Konseli

1. Nama : ES (Disamarkan)
2. Umur : 16 tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Siswa Kelas : X MIA 2
5. Pendidikan : Pelajar

### B. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

Es adalah seorang pelajar yang berada di kelas X MIA 2, yang bersekolah di SMA N 2 Bantul. Es mengeluhkan tentang perasaan yang terjadi pada dirinya. Perasaan yang membuatnya tidak nyaman jika berada di sekolah. Permasalahan ini muncul ketika Es keluar dari ekstrakurikuler tont. Es keluar dari tont karena ada beberapa alasan yaitu Es merasa kecapekan jika mengikuti tont sehingga ketika belajar Es tidak bisa konsentrasi.

Ketika Es keluar dari Tont , Es selalu disindir-sindir oleh DT (Dewan Tont). Bukan hanya di ekstrakurikuler tont saja Es merasa disindir, di ekstrakurikuler pramuka pun Es sering dikerjain oleh seniornya, contohnya ketika PERSAMI pada saat jalan-jalan di malam hari Es di suruh melakukan memeluk pohon dan mengatakan cinta. Pohon tersebut diibaratakan Al Gazali (artis Indonesia), setelah itu Es mendapat hukuman menari sambil bernyanyi dangdut. Seniornya mengatakan bahwa Es telah mempunyai banyak kesalahan, namun Es tidak merasa mempunyai banyak salah. Es menanyakan kepada seniornya apa salahnya, tetapi seniornya tersebut tidak bisa menjawab. Es semakin kebingungan.

Es sebenarnya tidak betah jika berada di sekolah. Yang membuat Es merasa nyaman hanya di kelasnya sendiri. Setiap Es ke kantin atau setiap Es keluar dari kelasnya Es selalu di sindir-sindir dan di lihat oleh kakak kelasnya dengan pandangan yang sinis. Es merasa menyesal karena telah mengikuti tont kalau kejadiannya seperti ini. Sekarang Es merasa kebingungan harus berbuat bagaimana supaya kakak kelasnya tidak memperlakukan dia seperti itu. Es merasa tidak nyaman dan tertekan jika diperlakukan seperti itu.

### C. Kerangka Kerja Teoritik

*Unfinished business* (urusan yang tak selesai) merupakan perasaan-perasaan yang tidak tersalurkan/ terungkap, seperti: dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati, kecemasan, kedudukan, rasa berdosa, rasa diabaikan. Karena tidak terungkap di dalam kesadaran, perasaan-perasaan dibawa pada kehidupan sekarang dengan cara-cara yang menghambatt hubungan yang efektif dengan dirinya sendiri dan orang lain. Urusan yang tak selesai itu akan bertahan sampai ia berani menghadapi dan mengatasinya.

Pendekatan ini mengutamakan masa sekarang, segala sesuatu tidak ada kecuali yang ada pada masa sekarang (the now), karena masa lalu telah berlalu dan masa depan belum sampai, hanya masa sekarang yang penting. Hal ini karena dalam pendekatan Gestalt mengapresiasi pengalaman pada masa kini. Menurut Gestalt, kebanyakan orang kehilangan kekuatan masa sekarang, individu menginvestasikan energinya untuk mengeluh tentang kesalahan masa lalu dan bergulat pada resolusi dan rencana masa depan yang tidak ada ujungnya

### D. Diagnosis

Berdasarkan kerangka kerja teoritik, dapat diketahui bahwa konseli sebenarnya memelihara *unfinished bussiness*. Konsep tentang urusan yang tak selesai, yakni mencakup perasaan-perasaan yang tidak terungkap seperti dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati, kecemasan, dan sebagainya. Bilamana urusan yang tak selesai membentuk pusat keberadaan seseorang, maka semangat pemikiran orang itu menjadi terhambat, maka dapat diselesaikan dengan teknik tetap dengan perasaan.

*Unfinished bussiness* adalah perasaan- perasaan yang tidak dapat diekspresikan pada masa lalu seperti kesakitan, kecemasan, perasaan bersalah, kemarahan, dan sebagainya. Hal ini karena perasaan tidak dapat di ekspresikan dan terus mengganggu kehidupan masa sekarang, dan membuat individu tidak dapat melakukan kontak dengan orang lain dengan autentik.

*Unfinished bussiness* memiliki efek yang dapat mengganggu individu, seperti kecemasan yang berlebihan sehingga individu tidak dapat memperhatikan hal penting lain, tingkah laku yang tidak terkontrol, terlalu berhati-hati, dan menyakiti diri sendiri.

### **E. Prognosis**

Sejalan dengan terapi Gestalt, masalah yang dihadapi konseli akan dapat diatasi melalui bantuan konselor dengan membentuk tujuan hidup yang diinginkan konseli.

### **F. Fokus Perhatian atau sasaran Konselor dalam Membantu Konseli**

Disini konselor membantu untuk memandirikan konseli agar dapat menemukan solusi yang terbaik dalam memecahkan masalahnya.

### **G. Tujuan Konseling**

Tujuan Utama:

Membantu konseli berani menghadapi tantangan dan kenyataan yang harus dihadapi. Konselor harus berubah dari ketergantungan terhadap lingkungan/orang lain menjadi percaya diri, dapat berbuat lebih banyak untuk meningkatkan kebermaknaan hidupnya.

Tujuan Spesifik:

1. Membantu konseli agar dapat memperoleh kesadaran pribadi, memahami kenyataan atau realitas.
2. Membantu klien menuju pencapaian integritas kepribadiannya.
3. Mengentaskan klien dari kondisinya yang tergantung pada pertimbangan orang lain yang mengatur diri sendiri.
4. Meningkatkan kesadaran individu agar klien dapat bertingkah laku menurut prinsip-prinsip Gestalt, semua situasi bermasalah (*unfinished bussiness*) yang muncul dan selalu akan muncul dapat diatasi dengan baik.

## **H. Layanan Konseling**

### **1. Pendekatan yang Digunakan**

Menggunakan pendekatan Gestalt. Gestalt adalah teori yang mengajarkan konselor dan konseli metode fenomenologi, yaitu bagaimana individu memahami, merasakan, dan bertindak serta membedakannya dengan interpretasi terhadap suatu kejadian dan pengalaman masa lalu. Teori ini juga dianggap teori yang hidup dan mempromosikan pengalaman langsung, bukan sekedar membicarakan permasalahan dalam konseling. Oleh karena itu, teori ini disebut juga *experimental*, dimana konseli merasakan apa yang mereka rasakan, pikirkan, dan lakukan pada saat konseli berinteraksi dengan orang lain.

Oleh karena itu konselor memilih pendekatan Gestalt karena pendekatan ini mengutamakan masa sekarang, segala sesuatu tidak ada kecuali yang ada pada masa sekarang, karena masa lalu telah berlalu dan masa depan belum sampai, hanya masa sekarang yang penting.

### **2. Teknik yang Digunakan**

Dalam terapi Gestalt terdapat konsep tentang urusan yang tak selesai, yakni mencakup perasaan-perasaan yang tidak terungkap seperti dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati, kecemasan dan sebagainya. Bilamana urusan yang tak selesai membentuk pusat keberadaan seseorang, maka semangat pemikiran orang itu menjadi terhambat, maka dapat diselesaikan dengan teknik tetap dengan perasaan.

Teknik ini dapat digunakan untuk konseli yang menunjukkan perasaan atau suasana hati yang tidak menyenangkan dan ia sangat ingin menghindarinya. Konselor mendorong konseli untuk tetap bertahan dengan perasaan yang ingin dihindarinya itu. Kebanyakan konseli ingin melarikan diri dari stimulus yang menakutkan dan menghindari perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan. Dalam hal ini konselor tetap mendorong konseli untuk bertahan dengan ketakutan atau kesakitan perasaan yang dialaminya sekarang dan mendorong konseli untuk menyelam lebih dalam ke dalam tingkah laku dan perasaan yang ingin dihindarinya itu. Untuk membuka dan membuat jalan menuju perkembangan kesadaran perasaan yang lebih baru tidak cukup hanya mengkonfrontasi dan menghadapi perasaan-perasaan yang ingin dihindarinya membutuhkan keberanian dan pengalaman untuk bertahan dalam kesakitan perasaan yang ingin dihindarinya tersebut.

### **3. Langkah- langkah Konseling**

- a. Konselor mengawali dengan salam dan attending.
- b. Konselor menggunakan metode fenomenologi untuk meningkatkan kesadaran konseli, menciptakan hubungan dan menstimulasi konseli untuk mengembangkan dukungan pribadi.
- c. Proses konseling berlanjut pada strategi-strategi yang lebih spesifik. Konseli mengeksplorasi berbagai introyeksi, berbagai modifikasi kontak yang dilakukan dan unfinished business. Disini peran konselor secara berkelanjutan mendorong dan membangkitkan keberanian konseli mengungkapkan ekspresi pengalaman dan emosi-emosinya dalam rangka katarsis dan menawarkan konseli untuk meningkatkan kesadarannya, tanggung jawab pribadi dan memahami unfinished business.
- d. Ditandai dengan aktivitas yang dilakukan konseli dengan mengeksplorasi masalahnya secara mendalam. Konseli menghadapi kecemasan-kecemasannya sendiri, selain itu konseli menghadapi

perasaan terancam yang kuat disertai dengan perasaan yang hilang harapan untuk hidup yang lebih mapan. Konselor memberikan dukungan dan motivasi berusaha memberikan keyakinan ketika konseli cemas dan ragu-ragu menghadapi masalahnya.

- e. Konseli telah mampu menerima ketidakpastian, kecemasan dan ketakutannya serta menerima tanggung jawab atas kehidupannya sendiri.
- f. Konseli siap untuk memulai kehidupan secara mandiri tanpa supervisi konselor.

#### 4. Pelaksanaan Konseling

Hari/ tanggal : Senin, 1 September 2014  
Waktu : 11.45 – 12.15 (Istirahat ke 2)  
Tempat : Ruang BK

#### I. Evaluasi

##### 1. Hasil yang Ingin Dicapai

Es menginginkan kakak kelasnya atau DT (Dewan Tonti) biasa saja terhadap Es. Tidak menyindir secara terus menerus.

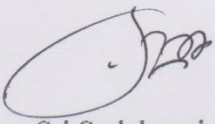
##### 2. Hasil yang Telah Dicapai

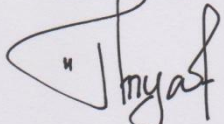
Es mampu menghadapi tantangan dan kenyataan, serta menerima tanggung jawab atas kehidupannya sendiri.

#### J. Rencana Tindak Lanjut

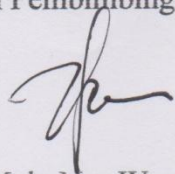
Melaksanakan konseling individu lanjutan apabila diperlukan.

Yogyakarta, 2 September 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan  
  
Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si  
NIP. 19660115 199303 1 003

## LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL

### K. Identitas Konseli

1. Nama : DV (Disamarkan)
2. Umur : 16 tahun
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Siswa Kelas : X MIA 2
5. Pendidikan : Pelajar

### L. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

Dv adalah salah satu pelajar SMA N 2 Bantul kelas X MIA 2. Dv berusia 16 tahun. Dv mengeluhkan tentang permasalahannya. Permasalahan yang dialami konseli adalah bahwa konseli ingin pindah ke Bogor ikut dengan orang tuanya. Di Jogja konseli tinggal bersama neneknya. Dv tinggal bersama neneknya sejak Dv SMP. Dv ingin pindah ke Bogor ikut orang tuanya, namun Dv tidak berani mengatakan kepada neneknya. Karena pada pengalaman sebelumnya nenek Dv hampir tertipu. Ada orang yang mengatakan kepada nenek Dv, Dv mengalami kecelakaan. Mendengar berita tersebut nenek Dv sampai pingsan. Semenjak saat itu, Dv tidak berani mengatakan kepada neneknya kalau Dv ingin pindah ke Bogor ikut orangtuanya. Dv takut kalau sampai mengatakan hal tersebut neneknya akan jatuh sakit karena memikirkannya. Sampai sekarang Dv merasa kebingungan harus bagaimana menyelesaikan permasalahannya tersebut.

### M. Kerangka Kerja Teoritik

Konseli mempunyai permasalahan tentang kepercayaan dirinya. Konseli kurang percaya diri untuk mengatakan kepada neneknya bahwa konseli ingin pindah ke Bogor ikut orangtuanya. Konseli cenderung pesimis dan takut jika neneknya tidak menyetujui keinginan konseli.

Dalam pendekatan *person centered* terjadi pengupayaan konselor untuk membina konseli secara integral dan mandiri sehingga konseli mampu mengeksplorasi dirinya sendiri. Jadi, dalam masalah yang dialami oleh konseli selama proses konseling, konseli di dorong untuk mampu menganalisis terhadap persepsi dirinya dan pengalaman riilnya. Konseli dibantu untuk mencermati *real-self* (keadaan individu saat ini) dan *ideal self* (apa yang ingin dicapai)

### N. Diagnosis

Berdasarkan kerangka kerja teoritik, dapat diketahui konseli memiliki keperibadian kurang percaya diri untuk mengatakan keinginannya pindah ke Bogor kepada neneknya. Kurang percaya diri ini membuat konseli takut dengan hasil yang akan di dapatkan jika konseli tetap memaksakan diri untuk mengatakan kepada neneknya. Kurang percaya diri yang dialami konseli disebabkan oleh pikiran konseli yang merasa takut jika mengatakan hal

tersebut neneknya akan sakit karena memikirkan keinginan konseli yang ingin pindah ke Bogor.

## **O. Prognosis**

Permasalahan yang dialami oleh konseli adalah permasalahan yang terdapat pada dirinya sendiri. Pikiran konseli yang merasa takut jika neneknya sakit membuat konseli mengalami pengurangan kepercayaan diri. Hal ini menyebabkan konseli sulit untuk mengungkapkan keinginannya kepada neneknya. Usaha yang dilakukan dalam proses konseling adalah dengan mencermati *real-self* dan *ideal-self* hingga terjadi kesenjangan yang memungkinkan munculnya kecemasan pada konseli.

## **P. Fokus Perhatian atau sasaran Konselor dalam Membantu Konseli**

Disini konselor membantu untuk memandirikan konseli agar dapat menemukan solusi yang terbaik dalam memecahkan masalahnya.

## **Q. Tujuan Konseling**

Proses konseling ini diharapkan mampu menjadikan konseli menjadi lebih percaya diri. Dengan konseling ini, konseli diharapkan menjadi orang yang lebih optimis dan yakin. Dan yang terakhir, dapat mengurangi pemikiran konseli yang merasa takut jika mengatakan keinginannya kepada neneknya, ini yang menjadi penyebab utama kurang percaya diri yang dialami konseli.

## **R. Layanan Konseling**

### **1. Pendekatan yang Digunakan**

Menggunakan pendekatan *person centered*. Pendekatan ini digunakan karena pada masalah yang dihadapi konseli sangat sesuai dengan pendekatan yang dikembangkan oleh Carl Rogers. Rogers mengungkapkan bahwa cara mengubah dan perhatian terhadap proses perubahan kepribadian jauh lebih penting daripada karakteristik kepribadian itu sendiri. Dalam masalah ini berhubungan dengan kepribadian konseli yang kurang percaya diri untuk mengungkapkan keinginannya kepada neneknya.

### **2. Teknik yang Digunakan**

Teknik yang digunakan dalam proses konseling untuk masalah yang dihadapi oleh konseli saat ini adalah *person centered counseling*. Teknik ini adalah teknik dalam konseling dimana konselor memandang konseli sebagai partner dan konseli merupakan pusat dari seluruh proses konselingnya bukan konselor. Dalam hubungan proses konseling, konselor lebih banyak memberi kesempatan kepada konseli untuk mengungkapkan permasalahannya, perasaan dan persepsinya dan konselor merefleksikan serta membantu konseli untuk mengungkapkannya. Dengan cara ini

diharapkan konseli akan menemukan pengertian tentang dirinya, permasalahannya dan apa tujuannya sehingga konseli mampu menyelesaikan permasalahannya secara mandiri.

### **3. Langkah- langkah Konseling**

- a. Langkah pertama, konseli datang ke konselor dalam kondisi penyesuaian diri yang tidak baik.
- b. Langkah kedua, saat konseli menjumpai konselor dengan penuh harap dapat memperoleh bantuan jawaban atas permasalahan yang sedang dialami, dan menemukan jalan atas kesulitan-kesulitannya. Perasaan yang ada pada konseli adalah ketidakmampuan mengatasi kesulitan hidupnya.
- c. Langkah ketiga, pada awal konseling konseli menunjukkan perilaku, sikap, dan perasaannya yang kaku. Dia menyatakan permasalahan yang dialami kepada konselor secara permukaan dan belum menyatakan pribadi yang dalam. Pada awal-awal ini konseli cenderung mengeksternalisasi perasaan dan masalahnya. Karena kondisi yang diciptakan konselor kondusif, dengan sikap empati dan penghargaan, konselor terus membantu konseli untuk mengeksplorasi dirinya secara lebih terbuka.
- d. Langkah keempat, Konseli mulai menunjukkan sikapnya yang lebih menyatakan diri yang sesungguhnya. Konseli mulai menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku, membuka diri terhadap pengalamannya, dan belajar untuk bersikap lebih matang dan lebih teraktualisasi, dengan jalan menghilangkan pengalaman yang didistorsinya (diputar balikkan)

### **4. Pelaksanaan Konseling**

Hari/ tanggal : Senin, 1 September 2014  
Waktu : 09.45 – 10.00 (Istirahat ke 1)  
Tempat : Ruang BK

## **S. Evaluasi**

### **1. Hasil yang Ingin Dicapai**

Konseli ingin mengatakan kepada neneknya, bahwa ia ingin pindah ke Bogor ikut dengan orangtuanya.

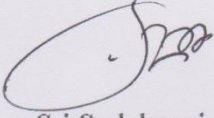
### **2. Hasil yang Telah Dicapai**

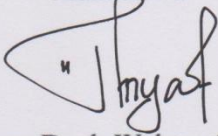
Konseli memikirkan matang-matang bahwa ia tidak jadi mengatakan keinginannya tersebut kepada neneknya. Konseli lebih memikirkan kesehatan neneknya, konseli merasa kasihan jika neneknya sakit karena memikirkan keingiannya tersebut.

## **T. Rencana Tindak Lanjut**

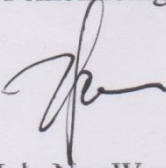
Melaksanakan konseling individu lanjutan apabila diperlukan.

Yogyakarta, 2 September 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan  
  
Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si  
NIP. 19660115 199303 1 003

**LAPORAN KEGIATAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SMA NEGERI 2 BANTUL**

- A. Nama Kegiatan :  
Pembentukan Karir dengan Diskusi Kelompok mengenai Informasi Perguruan Tinggi.
- B. Rasional :  
Informasi perguruan tinggi merupakan hal yang sangat penting bagi siswa untuk menentukan arah bagi siswa dalam memilih kelanjutan studi dan karirnya. Dengan adanya informasi perguruan tinggi maka siswa mempunyai patokan dalam memilih dan mengembangkan pilihan jurusan yang sesuai dengan keinginannya dan minatnya.
- C. Tujuan : Melalui diskusi kelompok ini diharapkan :  
1. Siswa mampu mengetahui gambaran mengenai kelanjutan studinya.  
2. Siswa dapat memilih kelanjutan studinya sesuai dengan cita-citanya.
- D. Obyek sasaran :  
Sasaran dari diskusi ini yaitu siswa mampu mengetahui gambaran mengenai kelanjutan study setelah lulus SMA.
- E. Subyek Sasaran : Siswa kelas XII IPA 1 SMA N 2 BANTUL

No	Nama Kelompok
1	Silviana
2	Gita
3	Nur Utami
4	Ukthi

- F. Pelaksana layanan : Konselor
- G. Skenario teknik/ tahapan pelaksanaan
1. Durasi : 2 x 45 menit
- Persiapan : 10 menit

Pelaksanaan : 50 menit

Refleksi : 15 menit

Evaluasi : 15 menit

2. Yang harus dilakukan fasilitator

- a. Memanggil siswa untuk datang ke ruang gazebo dan melakukan diskusi di ruang gazebo tersebut.
- b. Membacakan aturan diskusi
  - 1) Guru pembimbing memberikan gambaran mengenai informasi perguruan tinggi.
  - 2) Siswa melakukan diskusi dengan guru pembimbing dan kelompok yang ada di ruang tersebut.
  - 3) Guru pembimbing melakukan tanya jawab seputar kelanjutan studi siswa.
  - 4) Siswa menuliskan ketertarikan terhadap perguruan tinggi yang diminati beserta alasannya. Serta menuliskan keinginan orang tua dalam menentukan pendidikan anaknya menuju perguruan tinggi.
  - 5) Memutar video motivasi mengenai kisah perjuangan orang tua. Setelah itu mengajak siswa untuk menuliskan harapan-harapannya setelah lulus SMA yang berkaitan dengan karirnya, dengan menggunakan metode pohon harapan.
  - 6) Diskusi ditutup dengan kesimpulan dari Guru Pembimbing

3. Peran peserta : berdiskusi bersama

H. Proses layanan

Hari/ tanggal : Rabu, 3 September 2014

Sabtu, 6 September 2014

Jam : 12.15- 13.00

Tempat : Ruang Gazebo

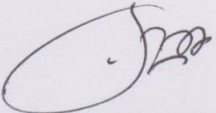
I. Refleksi dan Evaluasi

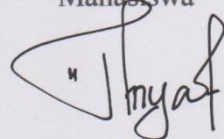
1. Refleksi dilakukan dengan mendengarkan penjelasan siswa.
2. Evaluasi

Berdasarkan hasil pengamatan dapat diketahui bahwa

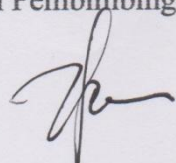
- a. Siswa telah mampu mendapatkan gambaran akan cita-citanya dan pemilihan jurusan yang akan diambil.
- b. Siswa menjadi mempunyai gambaran akan kelanjutan studinya setelah melakukan bimbingan kelompok.

Yogyakarta, 3 September 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan  
  
Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si  
NIP. 19660115 199303 1 003

**LAPORAN KONSELING KELOMPOK**  
**BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**SMA NEGERI 2 BANTUL**

**A. Identitas Konseli**

Nama : Dv, St, Hn, Dt  
Siswa Kelas : X MIA 2  
Waktu Pelaksanaan : Selasa , 2 September 2014  
Tempat : Ruang PIK-R SMA N 2 Bantul

**B. Langkah-langkah Konseling Kelompok**

**I. Tahap Kegiatan**

**1. Pembentukan**

- a. Mengucapkan salam dan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok melaksanakan kegiatan pada pagi ini
- b. Berdoa sesuai dengan kepercayaan masing-masing
- c. Menjelaskan kepada konseli tentang konseling kelompok secara sekilas.

**2. Peralihan**

- a. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera dimulai.
- b. Menanyakan apakah anggota kelompok sudah siap untuk memulai kegiatan konseling kelompok
- c. Menggali semua masalah yang disampaikan peserta dan masalah yang sudah dibahas serta akan dibahas pada saat ini.

**3. Kegiatan**

- a. Pemimpin kelompok mempersilahkan konseli untuk menyampaikan permasalahan yang dihadapi yaitu:

- 5) Dv : Kurang belajar karena kecapekan ikut tonti; masalah asmara.
- 6) St : Males belajar, kurang belajar karena kecapekan ikut tonti.
- 7) Hn : Males belajar
- 8) Dt : Ingin pindah ke Iis, sekarang di kelas Mia tidak greget; Masalah asmara.

- b. Pembahasan masalah

1. Pembahasan dilakukan dengan cara memberikan kesempatan kepada Dt untuk menceritakan permasalahan yang dihadapinya kemudian semua anggota kelompok diberikan kesempatan untuk bertanya, memberikan usul, saran, gagasan, menyampaikan pendapatnya secara bergiliran.

Deskripsi Permasalahan:

Masalah yang dikeluhkan oleh Dt adalah Dt ingin pindah jurusan, ingin pindah dikelas IIS. Alasannya adalah Dt merasa jika di kelas MIA kemampuannya dalam menerima pelajaran kurang dan sekarang di kelas MIA tidak greget. Selain itu masalah yang dikeluhkan oleh konseli adalah masalah asmara. Awalnya Dt ngefans sama teman kelasnya, namun lama kelamaan Dt menjadi ilfil dan benci sekali sama temannya tersebut. Menurut Dt, temannya tersebut memakai topeng maksudnya tidak menjadi dirinya sendiri, tidak asyik, tidak nyaman berteman.

Dari permasalahan Dt muncul beberapa gagasan, saran dari anggota kelompok sebagai berikut:

- a. Kalau bisa jangan pindah kelas, sama teman-teman kelas MIA 2 sudah lama. Kalau masalah kurang bisa menerima pelajaran semua sama. Semua itu butuh proses dari bawah, entah itu cepat atau lambat saingan banyak harusnya bisa menambah semangat belajar. Kalau sama teman jangan memilih-milih.

Saran dan masukan dari anggota kelompok kemudian konselor menyampaikan umpan balik kepada Dt diantaranya:

Konselor : Tadi teman anda memberikan saran lebih baik anda tidak pindah kelas. Kalau masalah ingin unggul karena terlalu banyak saingan harusnya anda bisa lebih semangat belajar dan tidak memilih-milih teman. Bagaimana menurut anda tentang saran tersebut?

Dt : Saya akan mencoba saran dari teman-teman dan akan lebih semangat lagi belajarnya. Masalah memilih-milih teman, bukan memilih-milih saya dengan Sh sudah berteman dekat dari SD, sudah nyaman dengan Sh.

Konselor : Bagaimana perasaan Dt setelah mengikuti kegiatan ini?

Dt : Senang sekali karena mendapat banyak masukan dari teman-teman.

2. Pembahasan masalah yang kedua dilakukan dengan cara memberikan kesempatan kepada Dv untuk menceritakan permasalahan yang dihadapinya kemudian semua anggota kelompok diberikan kesempatan untuk bertanya, memberikan usul, saran, gagasan, menyampaikan pendapatnya secara bergiliran.

Deskripsi Masalah:

Masalah yang dikeluhkan oleh Dv adalah masalah asmara. Dv menuturkan bahwa dirinya sedang jatuh cinta kepada seseorang namun Dv ditolak dengan orang yang disayanginya tersebut. Padahal Dv sudah banyak berkorban dan mengeluarkan banyak biaya untuk orang yang disayanginya. Contohnya, ketika orang yang disayanginya tersebut ulangtahun Dv memberikan surprise berupa kue tart, bunga mawar dan di berikan hadiah sepatu. Selain itu Dv juga membuat video tentang foto dia dengan lagu pollate.

Dv melakukan itu semua berharap cintanya diterima, Dv juga mengatakan biasanya kalau Dv melakukan hal tersebut kepada perempuan lain langsung diterima. Namun Dv ditolak dengan alasan dia mengatakan sudah ada yang disuka. Dv sakit hati dengan penolakan tersebut, Dv tidak mau berusaha lagi karena sudah ditolak. Padahal kalau Dv punya pacar semangat belajarnya bertambah.

Dari permasalahan Dt muncul beberapa gagasan, saran dari anggota kelompok sebagai berikut:

Jangan mengulangi kesalahan lagi. Kalau mengejar jangan banget-banget, sayang sama uangnya. Kita kan masih SMA uangnya bisa untuk kebutuhan yang lain.

Saran dan masukan dari anggota kelompok kemudian konselor menyampaikan umpan balik kepada Dt diantaranya:

Konselor : Tadi teman anda memberikan saran lebih baik kalau mengejar jangan banget- banget. Sayang sama uangnya. Kita masih SMA uangnya bisa untuk kebutuhan yang lain. Bagaimana menurut anda tentang saran tersebut?

Dv : Saya akan mencoba saran dari teman-teman dan tidak akan mengulang kesalahan yang sama lagi.

Konselor : Bagaimana perasaan Dv setelah mengikuti kegiatan ini?

Dv : Senang sekali karena mendapat banyak masukan dari teman-teman. Dan semoga saya mendapat ganti yang lebih baik lagi.

#### 4. Pengakhiran

- a. Mengemukakan pada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- b. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan kemajuan masing-masing
- c. Membahas bahwa kegiatan konseling kelompok bisa dilakukan lagi dengan pemecahan masalah yang lain dari anggota kelompok yang belum dibahas.
- d. Menanyakan kesan dari anggota kelompok tentang manfaat konseling yang telah dilakukan
- e. Pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih kepada semua anggota kelompok
- f. Mengakhiri kegiatan dengan berdoa bersama.

### **C. SUASANA KONSELING KELOMPOK**

Kegiatan konseling kelompok berjalan secara lancar, kondusif, efektif, serta masing masing anggota kelompok aktif dalam kegiatan kali ini.

### **D. TUJUAN KONSELING**

Tujuan Konseling ini untuk membantu Dt dan Dv mengentaskan masalahnya, bisa mengambil keputusan yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya.

### **E. PENDEKATAN**

Pendekatan yang digunakan pada kedua masalah konseling kelompok ini cenderung "*Person Centered Therapy*". Masalah yang pertama dialami oleh Dt, karena Dt merasa jika di kelas MIA kemampuannya dalam menerima pelajaran kurang dan sekarang di kelas MIA tidak greget. Selain masalah tersebut Dt ngefans sama teman kelasnya, namun lama kelamaan Dt menjadi ilfil dan benci sekali sama temannya tersebut. Menurut Dt, temannya tersebut memakai topeng maksudnya tidak menjadi dirinya sendiri, tidak asyik, tidak nyaman berteman. Jadi Dt di beri masukan oleh teman-temannya kalau masalah kurang bisa menerima pelajaran semua sama. Semua itu butuh proses dari bawah, entah itu cepat atau lambat saingan banyak harusnya bisa menambah semangat belajar. Kalau sama teman jangan memilih-milih.

Masalah yang kedua dialami oleh Dv, Dv menuturkan bahwa dirinya sedang jatuh cinta kepada seseorang namun Dv ditolak dengan orang yang disayanginya tersebut. Padahal Dv sudah banyak berkorban dan mengeluarkan banyak biaya untuk orang yang disayanginya. Dv melakukan itu semua berharap cintanya diterima. Dv sakit hati dengan penolakan tersebut, Dv tidak mau berusaha lagi karena sudah ditolak. Padahal kalau Dv punya pacar

semangat belajarnya bertambah. Jadi Dv di beri masukan oleh teman-temannya Jangan mengulangi kesalahan lagi. Kalau mengejar jangan banget-banget, sayang sama uangnya. Kita kan masih SMA uangnya bisa untuk kebutuhan yang lain.

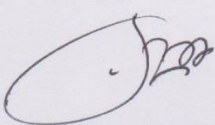
#### **F. HASIL YANG DICAPAI**

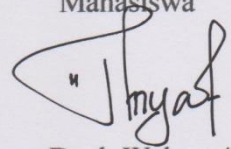
Adanya perasaan senang dan lega pada diri Dt dan Dv karena ternyata ada tempat untuk mengungkapkan permasalahannya yang selama ini dirasakan dan ternyata dari usul teman- temannya sangat bermanfaat bagi dirinya.

#### **G. RENCANA TINDAK LANJUT**

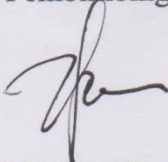
Bekerjasama dengan teman- temannya untuk pemantauan apakah Dt masih ingin pindah kelas dan sudah tidak ilfil kepada temannya. Dan pemantauan untuk Dv apakah sudah *move on* dan semangat belajar kembali

Yogyakarta, 4 September 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan  
  
Dr. Muh. Nur Wangid, M.Si  
NIP. 19660115 199303 1 003

**LAPORAN HOME VISIT SISWA GAKIN  
SMA NEGERI 2 BANTUL**



**Alamat :  
JL. RA. Kartini Trirenggo Bantul  
Telp. (0274) 367309**

## Keterangan Hasil Home Visit Siswa Achmad Ilham Syahputra

### Foto Keadaan Rumah Achmad Ilham Syahputra

No	Nama Siswa	Keterangan
1.	Achmad Ilham Syahputra	Nama ayah Gayeng, bekerja sebagai buruh batu. Sedangkan ibunya bernama Retno Wati, bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT), namun ibunya mempunyai pekerjaan sambilan yaitu membuat kerajinan tangan seperti peci. Harga 1 pecinya mendapat biaya sebesar Rp 2.500. Sehari bisa menyelesaikan 2-4 peci. Alamat rumah Karang semut, Trimulyo, Jetis, Bantul. Kondisi rumah baik, cukup besar, tembok batu bata, lantai masih tanah. Ilham mempunyai 1 saudara. Saudaranya sekolah SD kelas 2. Ilham pergi ke sekolah dijemput temannya, namun kadang-kadang diantar oleh ayahnya.

**Kepantasan bantuan keringanan: 50 %**





## **Keterangan Hasil Home Visit Siswa Diah Purwanti**

2. Diah Purwanti Nama ayah Warjiman bekerja sebagai buruh batu. Sedangkan ibunya bekerja sebagai tukang rosok, tetapi tidak rutin kalau sehat mencari rosok. Penghasilannya sekitar Rp 10.000 – Rp 25.000 sekali merosok. Alamat rumah Pucung Growong, Karang Tengah, Imogiri. Kondisi rumah baik, lantai di dalam rumah sudah keramik namun sebagian masih tanah. Lantai di luar masih semen, pintu rumah masih belum lengkap. Diah mempunyai 1 saudara, sudah bekerja di Indomaret. Diah Purwanti berangkat sekolah naik motor.

**Kepantasan bantuan keringanan: 50 %**

### **Foto Keadaan Rumah Diah Purwanti**





# **LAPORAN SOSIOMETRI**

**SISWA KELAS X MIA 2 SMA NEGERI 2 BANTUL**

**TAHUN AJARAN 2014/2015**



**Oleh:**

**ANGGORO DYAH WAHYU ANDIYATI**

**11104241009**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**2014**

## **Pemahaman Kelas X MIA 2 SMA NEGERI 2 BANTUL**

Berdasarkan dokumentasi tentang data pribadi siswa kelas X MIA 2 SMA Negeri 2 Bantul menunjukkan bahwa jumlah siswa kelas X MIA 2 sebanyak 30 siswa yang terdiri dari 20 siswa perempuan, 15 siswa laki-laki. Siswa kelas X MIA 2 yang menganut agama islam terdiri dari 26 siswa, katolik terdiri dari 3 siswa, kristen terdiri dari 1 siswa.

Menurut data pribadi siswa, diperoleh data tentang pekerjaan ayah pada kelas X MIA 2, 2 PNS, 1 Pensiunan, 1 karyawan, 12 buruh, 3 polri, 2 guru, 1 wiraswasta, 1 petani, 1 peternak, 1 TNI- AU . Sedangkan pada ibu, 1 wiraswasta, 20 Ibu Rumah Tangga, 1 petani, 1 PNS, 2 dagang, 3 buruh, 4 penjahit.

Hasil sosiometri bahwa yang terpopuler pada pilihan teman untuk bermain adalah Wahyudi dengan skor 14, Devita Anggraeni dengan skor 11, Ignatius Estu

Prabowo dengan skor 11. Alasan pilihan cenderung siswa yang memiliki karakter asik, lucu, gokil, baik, hati, bersahabat dan mudah bergaul. Sedangkan siswa yang tidak terpilih ada 1 orang yaitu Rizka Aulia Rahmah.

Dalam pilihan teman belajar yang terpopuler adalah Mersi Liwa'u Dina dengan skor 18, Annisa Putri dengan skor 13, Fikki Ari Nugroho dengan skor 13. Alasan pilihan cenderung siswa yang memiliki karakter enak diajak belajar, rajin, baik, bisa berpikir luas, orangnya asyik, pintar dan aktif dalam pelajaran. Sedangkan siswa yang tidak terpilih ada 4 orang yaitu Eufemia Sela Indrianasari, Lisma Nur Utami, Rizka Aulia Rahmah, Yuni Dewi Astuti.

**TABULASI PEROLEHAN PILIHAN TEMAN YANG DISENANGI SEBAGAI TEMAN BELAJAR KELAS X MIA 2  
SMA N 2 BANTUL  
TAHUN AJARAN 2014/2015**

No.	Nama.	Jenis Kelamin	Pilihan 1	Pilihan 2	Pilihan 3
1	ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA	Laki - laki	27	16	28
2	ANNISA PUTRI	Perempuan	14	6	18
3	ARIE WIDYA HAPSARI	Perempuan	2	22	25
4	AYU LARAS WATI	Perempuan	25	20	2
5	DAVINSY PETRA PURNAMA	Laki - laki	13	20	14
6	DESTIA CATUR RINI	Perempuan	3	10	13
7	DESTY SULISTYOWATI	Perempuan	19	13	18
8	DEVITA ANGGRAENI	Perempuan	18	12	9
9	DIAH PURWANTI	Perempuan	6	2	18
10	ELISABETH NOVA KURNIASARI	Perempuan	18	25	22
11	EUFEMIA SELA INDRIANASARI	Perempuan	7	20	4
12	FENI ANDAYANI	Perempuan	28	8	18
13	FIKKI ARI NUGROHO	Laki - laki	19	5	24
14	HANIFAH NURUL HAYATI	Perempuan	2	5	20
15	IGNATIUS ESTU PRASTOWO	Laki - laki	13	24	5
16	JAGAD RESTU NUGROHO	Laki - laki	19	5	13
17	LISMA NUR UTAMI	Perempuan	21	26	2
18	MERSI LIWA'U DINA	Perempuan	8	12	9

19	MUHAMMAD FAWWAZ AMRU	Laki - laki	20	7	15
20	NIKEN RETNO PUTRI	Perempuan	4	21	18
21	NOORMALA SALSABILLA JANNAH	Perempuan	16	19	24
22	OKI SILVIE WILDIYANTI	Perempuan	25	6	4
23	RIZKA AULIA RAHMAH	Perempuan	2	14	29
24	SATRIO HADI PANGESTU	Laki - laki	18	20	15
25	SRI RETNONINGSIH	Perempuan	22	18	6
26	SYANE LEOLA SIERITA	Perempuan	22	16	18
27	TOTO BUDI TRAPSILO	Laki - laki	30	16	19
28	WAHYUDI	Laki - laki	12	8	1
29	YUNI DEWI ASTUTI	Laki - laki	2	25	4
30	ZAINAL ARIFIN	Laki - laki	13	15	18





**TABULASI ALASAN PILIHAN TEMAN YANG DISENANGI SEBAGAI TEMAN BELAJAR KELAS X MIA 2  
SMA N 2 BANTUL  
TAHUN AJARAN 2014/2015**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>SKOR</b>	<b>ALASAN</b>
18	MERSI LIWA'U DINA	18	Membantu; Orangnya cepet ngerti; Enak diajak belajar; Dia pinter, suka ngajarin; baik; Rajin banget; mau berbagi; Aktif dan baik
2	ANNISA PUTRI	13	Pinter, bisa berpikir luas; Enak diajak belajar; Bisa tukar ilmu, menyenangkan
13	FIKKI ARI NUGROHO	13	Menyenangkan; Mau mengajari; Orangnya asyik; Suka berbicara; Mudah bergaul; Pintar dan aktif dalam pelajaran
20	NIKEN RETNO PUTRI	13	Enak diajak belajar; Menyenangkan; Paham kalau diajari; Menyenangkan; Aktif; Pinter, suka ngajarin tugas kelompok
16	JAGAD RESTU NUGROHO	11	Pinter, wawasan luas; Baik; Pintar dan aktif; Pintar, enak buat ngajar; Pintar dan baik
19	MUHAMMAD FAWWAZ AMRU	11	Karena dia pinter; Enak diajak berdiskusi; Pintar
25	SRI RETNONINGSIH	11	Enak diajak diskusi; Enak diajak belajar; Bisa tanya-tanya pelajaran matematika jika bingung; Serius mengemukakan pendapatnya
22	OKI SILVIE WILDIYANTI	9	Enak diajak diskusi; Pintar; Baik, enak diajak ngomong, Pintar;
6	DESTIA CATUR RINI	8	Membantu; Kalau ditanya tentang pelajaran langsung dijawab; bisa tanya tentang pelajaran bahasa inggris; Pintar
5	DAVINSY PETRA PURNAMA	7	Enak buat menyelesaikan masalah; Menyenangkan; Ramah
8	DEVITA ANGGRAENI	7	Baik, enak diajak belajar; Baik; Pintar, ramah, dan serius
12	FENI ANDAYANI	7	Enak diajak belajar; Baik; Pintar, logis, dan asyik
4	AYU LARAS WATI	6	Paham kalau diajari; Baik, pintar, enak diajak belajar; Mau berbagi kalau dia tahu
7	DESTY SULISTYOWATI	5	Paham kalau diajari; Gampang diajak bersama
21	NOORMALA SALSABILLA JANNAH	5	Baik, pintar, asyik diajak berdiskusi; Baik, pintar, Enak diajak belajar
14	HANIFAH NURUL HAYATI	4	Membantu; Menyenangkan
24	SATRIO HADI PANGESTU	4	Bisa belajar menjadi lebih baik; Mudah diajak berfikir
28	WAHYUDI	4	Pintar, wawasan luas; Dia pinter, enak diajak belajar; Pintar
3	ARIE WIDYA HAPSARI	3	Mau mengajari;

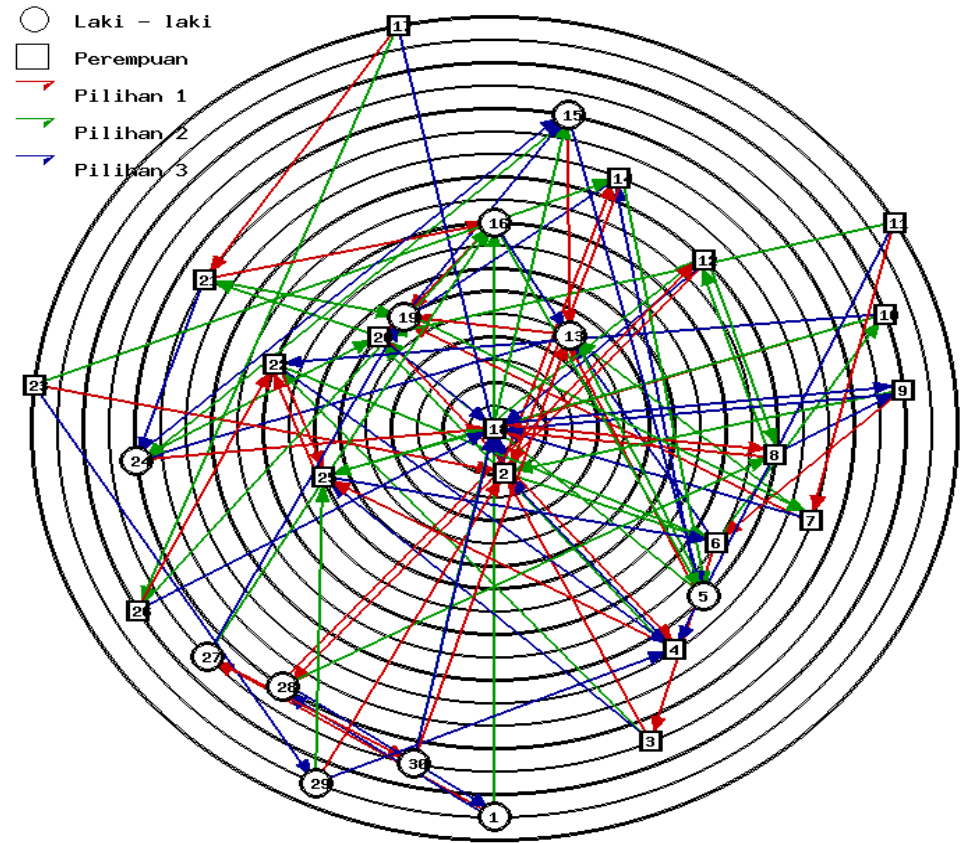
27	TOTO BUDI TRAPSILO	3	Pintar, wawasan luas;
30	ZAINAL ARIFIN	3	
9	DIAH PURWANTI	2	Enak diajak belajar, baik;
10	ELISABETH NOVA KURNIASARI	2	Mau mengajari;
15	IGNATIUS ESTU PRASTOWO	2	Bagus; Trobosannya brilian banget
26	SYANE LEOLA SIERITA	2	Pintar, asyik diajak berdiskusi
1	ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA	1	Orangnya serius, dan pikirannya logis, Pintar

**TABULASI INDEKS PILIHAN TEMAN YANG DISENANGI SEBAGAI TEMAN BELAJAR SISWA KELAS X MIA 2  
SMA N 2 BANTUL  
TAHUN AJARAN 2014/2015**

No.	Nama.	Nilai		
1	ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA	1/29	=	0,03
2	ANNISA PUTRI	16/29	=	0,55
3	ARIE WIDYA HAPSARI	3/29	=	0,1
4	AYU LARAS WATI	6/29	=	0,21
5	DAVINSY PETRA PURNAMA	7/29	=	0,24
6	DESTIA CATUR RINI	8/29	=	0,28
7	DESTY SULISTYOWATI	5/29	=	0,17
8	DEVITA ANGGRAENI	7/29	=	0,24
9	DIAH PURWANTI	2/29	=	0,07
10	ELISABETH NOVA KURNIASARI	2/29	=	0,07
11	EUFEMIA SELA INDRIANASARI	0/29	=	0
12	FENI ANDAYANI	7/29	=	0,24
13	FIKKI ARI NUGROHO	13/29	=	0,45
14	HANIFAH NURUL HAYATI	6/29	=	0,21
15	IGNATIUS ESTU PRASTOWO	4/29	=	0,14
16	JAGAD RESTU NUGROHO	9/29	=	0,31
17	LISMA NUR UTAMI	0/29	=	0
18	MERSI LIWA'U DINA	18/29	=	0,62
19	MUHAMMAD FAWWAZ AMRU	12/29	=	0,41
20	NIKEN RETNO PUTRI	12/29	=	0,41

21	NOORMALA SALSABILLA JANNAH	5/29	=	0,17
22	OKI SILVIE WILDIYANTI	9/29	=	0,31
23	RIZKA AULIA RAHMAH	0/29	=	0
24	SATRIO HADI PANGESTU	4/29	=	0,14
25	SRI RETNONINGSIH	11/29	=	0,38
26	SYANE LEOLA SIERITA	2/29	=	0,07
27	TOTO BUDI TRAPSILO	3/29	=	0,1
28	WAHYUDI	4/29	=	0,14
29	YUNI DEWI ASTUTI	1/29	=	0,03
30	ZAINAL ARIFIN	3/29	=	0,1

### SOSIOGRAM TEMAN BELAJAR SISWA KELAS X MIA 2



**TABULASI PEROLEHAN PILIHAN TEMAN YANG DISENANGI SEBAGAI TEMAN BEMAIN KELAS X MIA 2  
SMA N 2 BANTUL  
TAHUN AJARAN 2014/2015**

No.	Nama.	Jenis Kelamin	Pilihan 1	Pilihan 2	Pilihan 3
1	ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA	Laki - laki	19	28	12
2	ANNISA PUTRI	Perempuan	29	3	22
3	ARIE WIDYA HAPSARI	Perempuan	18	10	6
4	AYU LARAS WATI	Perempuan	29	20	14
5	DAVINSY PETRA PURNAMA	Laki - laki	11	7	13
6	DESTIA CATUR RINI	Perempuan	11	8	9
7	DESTY SULISTYOWATI	Perempuan	11	20	5
8	DEVITA ANGGRAENI	Perempuan	28	18	9
9	DIAH PURWANTI	Perempuan	28	8	12
10	ELISABETH NOVA KURNIASARI	Perempuan	8	6	22
11	EUFEMIA SELA INDRINASARI	Perempuan	7	5	20
12	FENI ANDAYANI	Perempuan	28	8	14
13	FIKKI ARI NUGROHO	Laki - laki	19	24	5
14	HANIFAH NURUL HAYATI	Perempuan	2	12	4
15	IGNATIUS ESTU PRASTOWO	Laki - laki	30	16	27
16	JAGAD RESTU NUGROHO	Laki - laki	15	29	19
17	LISMA NUR UTAMI	Perempuan	26	21	20
18	MERSI LIWA'U DINA	Perempuan	28	8	12
19	MUHAMMAD FAWWAZ AMRU	Laki - laki	16	27	13

20	NIKEN RETNO PUTRI	Perempuan	11	4	7
21	NOORMALA SALSABILLA JANNAH	Perempuan	26	17	22
22	OKI SILVIE WILDIYANTI	Perempuan	10	25	6
23	RIZKA AULIA RAHMAH	Perempuan	14	2	29
24	SATRIO HADI PANGESTU	Laki - laki	30	16	15
25	SRI RETNONINGSIH	Perempuan	14	22	21
26	SYANE LEOLA SIERITA	Perempuan	21	17	25
27	TOTO BUDI TRAPSILO	Laki - laki	15	19	1
28	WAHYUDI	Laki - laki	12	1	19
29	YUNI DEWI ASTUTI	Perempuan	4	2	20
30	ZAINAL ARIFIN	Laki - laki	15	24	19





**TABULASI ALASAN PILIHAN TEMAN YANG DISENANGI SEBAGAI TEMAN BERMAIN KELAS X MIA 2  
SMA N 2 BANTUL  
TAHUN AJARAN 2014/2015**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>SKOR</b>	<b>ALASAN</b>
28	WAHYUDI	14	Asyik; Lucu, asyik, gokil dan baik; baik, asyik, dan bersahabat; Koplak, asyik, alay.
8	DEVITA ANGGRAENI	11	Orangnya lucu; Polos, lemah lembut, dan baik; Bisa berbagi film korea; Baik, asik, sedikit alay; ngalahan; Lemah lembut, alay.
15	IGNATIUS ESTU PRASTOWO	11	Mudah bergaul; baik, dia nurut sama aku; baik hati; baik, asyik diajak ngomong
19	MUHAMMAD FAWWAZ AMRU	11	Punya hobi sama, sama-sama suka anime; pintar; baik hati, lucu; orangnya gokil dan asyik; baik, senang diajak bercanda.
11	EUFEMIA SELA INDRIANASARI	9	Asyik; Sela bisa menerima saya apa adanya; baik, enak diajak curhat, seru.
10	ELISABETH NOVA KURNIASARI	8	Baik; Orangnya asyik.
12	FENI ANDAYANI	8	Asyik, bisa diajak bercanda; Asyik, baik; Baik, enak diajak ngobrol; suka galau; Orangnya asyik dan nyenengin
29	YUNI DEWI ASTUTI	8	Sering bareng; Enak diajak main; Mudah bergaul.
16	JAGAD RESTU NUGROHO	7	Suka bercanda; Lucu, gokil; Baik, diajak kemana-mana mau.
20	NIKEN RETNO PUTRI	7	Enak diajak main; Baik, seru, gokil, manja; Baik, seru, gokil, satu pikiran dengan saya; Baik.
4	AYU LARAS WATI	6	Baik, seru; Baik, enak diajak curhat, dan seru; Seru diajak ngomong
7	DESTY SULISTYOWATI	6	Asik; Asik kalau main sama Desty dan baik; Baik, enak diajak curhat dan seru
21	NOORMALA SALSABILLA JANNAH	6	Rame, lucu, baik; Asyik; Teman dekat, baik;
26	SYANE LEOLA SIERITA	6	Baik, asyik; Dia unyu, baik;
30	ZAINAL ARIFIN	6	Baik, seru; Baik, teman satu banguku ku;
2	ANNISA PUTRI	5	Baik, enak diajak ngobrol; baik
14	HANIFAH NURUL HAYATI	5	Enak diajak main; Enak diajak curhat; Lucu, alay
18	MERSI LIWA'U DINA	5	Udah kenal sejak SMP; Asik, alay, terlalu banyak ekspresi.

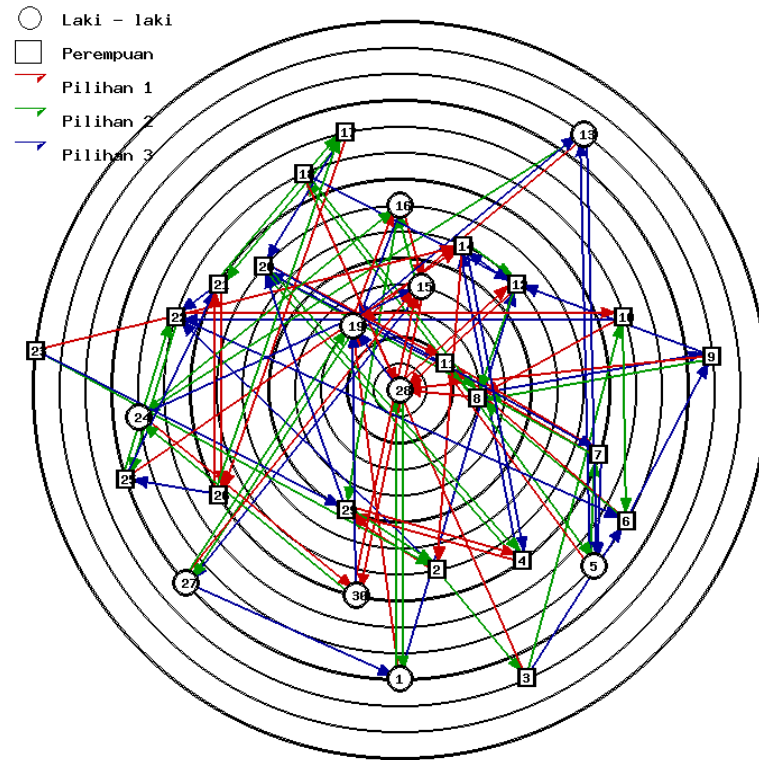
22	OKI SILVIE WILDIYANTI	5	Nyambung; Bisa tanya-tanya tentang lagu dan film korea; Asyik
5	DAVINSY PETRA PURNAMA	4	Asyik, nyambung, keren; Pasti satu pendapat dengan dia, keren; Banyak bakat dan enak orangnya.
17	LISMA NUR UTAMI	4	Baik, klop, lucu; Enak diajak ngomong.
24	SATRIO HADI PANGESTU	4	Enak diajak basket; Baik, karena teman sebangku.
1	ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA	3	Baik hati, selalu mengajak sholat; Orangnya pendiem, serius tapi asyik.
6	DESTIA CATUR RINI	3	Enak diajak ngobrol; Baik, menyenangkan;
25	SRI RETNONINGSIH	3	Dia orang yang pertama yang menjadi temenku dikelas; Baik
27	TOTO BUDI TRAPSILO	3	Lucu; Lucu, gokil.
3	ARIE WIDYA HAPSARI	2	Sering bareng.
9	DIAH PURWANTI	2	Orangnya enak; Baik, lemah lembut.
13	FIKKI ARI NUGROHO	2	Menyenangkan; Lucu, gokil.

**TABULASI INDEKS PILIHAN TEMAN YANG DISENANGI SEBAGAI TEMAN BERMAIN SISWA KELAS X MIA 2  
SMA N 2 BANTUL  
TAHUN AJARAN 2014/2015**

No.	Nama.	Nilai		
1	ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA	3/29	=	0,1
2	ANNISA PUTRI	7/29	=	0,24
3	ARIE WIDYA HAPSARI	2/29	=	0,07
4	AYU LARAS WATI	6/29	=	0,21
5	DAVINSY PETRA PURNAMA	4/29	=	0,14
6	DESTIA CATUR RINI	4/29	=	0,14
7	DESTY SULISTYOWATI	6/29	=	0,21
8	DEVITA ANGGRAENI	11/29	=	0,38
9	DIAH PURWANTI	2/29	=	0,07
10	ELISABETH NOVA KURNIASARI	5/29	=	0,17
11	EUFEMIA SELA INDRIANASARI	12/29	=	0,41
12	FENI ANDAYANI	8/29	=	0,28
13	FIKKI ARI NUGROHO	2/29	=	0,07
14	HANIFAH NURUL HAYATI	8/29	=	0,28
15	IGNATIUS ESTU PRASTOWO	10/29	=	0,34
16	JAGAD RESTU NUGROHO	7/29	=	0,24
17	LISMA NUR UTAMI	4/29	=	0,14
18	MERSI LIWA'U DINA	5/29	=	0,17

19	MUHAMMAD FAWWAZ AMRU	11/29	=	0,38
20	NIKEN RETNO PUTRI	7/29	=	0,24
21	NOORMALA SALSABILLA JANNAH	6/29	=	0,21
22	OKI SILVIE WILDIYANTI	5/29	=	0,17
23	RIZKA AULIA RAHMAH	0/29	=	0
24	SATRIO HADI PANGESTU	4/29	=	0,14
25	SRI RETNONINGSIH	3/29	=	0,1
26	SYANE LEOLA SIERITA	6/29	=	0,21
27	TOTO BUDI TRAPSILO	3/29	=	0,1
28	WAHYUDI	14/29	=	0,48
29	YUNI DEWI ASTUTI	9/29	=	0,31
30	ZAINAL ARIFIN	6/29	=	0,21

**SOSIOGRAM TEMAN BERMAIN SISWA KELAS X MIA 2  
SMA NEGERI 2 BANTUL  
TAHUN AJARAN 2014/ 2015**



## DATA MASALAH SISWA SMA N 2 BANTUL KELAS XII IPA 1

### A. Data Pribadi Siswa

NO	NAMA	L/ P	UMUR
1	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	17
2	ANNISA MAHFUDZIA	P	17
3	ASHIL HIRKAHUSNA	P	18
4	DEVI SEFTIANA	P	17
5	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	16
6	DWI SEPTIAN	L	17
7	ELVANITA LIA YULIANTI	P	18
8	ERLITA EKA PUTRI	P	17
9	ERNA WORO SUTARTI	P	17
10	GITA NAWANGSASIH	P	17
11	NIKEN ANDRIYANI	P	16
12	NITA TRISTIANA DEVI	P	17
13	NOVI DWI ASTUTI	P	18
14	NUR UTAMI	P	17
15	SILVIANA YULISTARI	P	18
16	SUCINA	P	18
17	SURATRI UTAMI	P	17
18	TANTO NUGRIHO	L	17
19	UKHTI PANGESTI	P	18
20	WAHYU NUR ROCHMAN	L	17

### B. Masalah Pribadi

NO	NAMA	L/ P	UMUR	Nm	N	%	Kategorisasi	Masalah Paling Berat
1	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	17	12	45	26,7	BERMASALAH	17
2	ANNISA MAHFUDZIA	P	17	3	45	6,67	AGAK BERMASALAH	17
3	ASHIL HIRKAHUSNA	P	18	10	45	22,2	CUKUP BERMASALAH	8, 15, 17
4	DEVI SEFTIANA	P	17	12	45	26,7	BERMASALAH	21
5	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	16	9	45	20	CUKUP BERMASALAH	17
6	DWI SEPTIAN	L	17	12	45	26,7	BERMASALAH	17
7	ELVANITA LIA YULIANTI	P	18	11	45	24,4	CUKUP BERMASALAH	1, 4, 9, 11, 17, 19, 24
8	ERLITA EKA PUTRI	P	17	7	45	15,6	CUKUP BERMASALAH	17
9	ERNA WORO SUTARTI	P	17	16	45	35,6	BERMASALAH	27
10	GITA NAWANGSASIH	P	17	13	45	28,9	BERMASALAH	17
11	NIKEN ANDRIYANI	P	16	10	45	22,2	CUKUP BERMASALAH	17
12	NITA TRISTIANA DEVI	P	17	7	45	15,6	CUKUP BERMASALAH	17
13	NOVI DWI ASTUTI	P	18	10	45	22,2	CUKUP BERMASALAH	44
14	NUR UTAMI	P	17	13	45	28,9	BERMASALAH	17
15	SILVIANA YULISTARI	P	18	11	45	24,4	CUKUP BERMASALAH	1, 12, 14
16	SUCINA	P	18	5	45	11,1	CUKUP BERMASALAH	0
17	SURATRI UTAMI	P	17	9	45	20	CUKUP BERMASALAH	17
18	TANTO NUGRIHO	L	17	6	45	13,3	CUKUP BERMASALAH	19
19	UKHTI PANGESTI	P	18	12	45	26,7	BERMASALAH	17, 37
20	WAHYU NUR ROCHMAN	L	17	9	45	20	CUKUP BERMASALAH	19, 36

### C. Masalah Sosial

NO	NAMA	L/P	UMUR	Nm	N	%	Kategorisasi	Masalah Paling Berat
1	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	17	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	20
2	ANNISA MAHFUDZIA	P	17	1	25	4	AGAK BERMASALAH	10
3	ASHIL HIRKAHUSNA	P	18	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	20
4	DEVI SEFTIANA	P	17	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	3
5	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	16	2	25	8	AGAK BERMASALAH	11
6	DWI SEPTIAN	L	17	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	1
7	ELVANITA LIA YULIANTI	P	18	1	25	4	AGAK BERMASALAH	21
8	ERLITA EKA PUTRI	P	17	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	12
9	ERNA WORO SUTARTI	P	17	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	2
10	GITA NAWANGSASIH	P	17	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	1
11	NIKEN ANDRIYANI	P	16	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	0
12	NITA TRISTIANA DEVI	P	17	2	25	8	AGAK BERMASALAH	0
13	NOVI DWI ASTUTI	P	18	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	3
14	NUR UTAMI	P	17	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	11
15	SILVIANA YULISTARI	P	18	2	25	8	AGAK BERMASALAH	11
16	SUCINA	P	18	0	25	0	TIDAK BERMASALAH	0
17	SURATRI UTAMI	P	17	1	25	4	AGAK BERMASALAH	0
18	TANTO NUGRIHO	L	17	2	25	8	AGAK BERMASALAH	3
19	UKHTI PANGESTI	P	18	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	20
20	WAHYU NUR ROCHMAN	L	17	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	11

### D. Masalah Belajar

NO	NAMA	L/P	UMUR	Nm	N	%	Kategorisasi	Masalah Paling Berat
1	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	17	9	25	36	AGAK BERMASALAH	3
2	ANNISA MAHFUDZIA	P	17	1	25	4	CUKUP BERMASALAH	2
3	ASHIL HIRKAHUSNA	P	18	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	2, 3
4	DEVI SEFTIANA	P	17	6	25	24	CUKUP BERMASALAH	9
5	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	16	6	25	24	CUKUP BERMASALAH	6
6	DWI SEPTIAN	L	17	15	25	60	SANGAT BERMASALAH	13
7	ELVANITA LIA YULIANTI	P	18	8	25	32	BERMASALAH	2
8	ERLITA EKA PUTRI	P	17	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	16
9	ERNA WORO SUTARTI	P	17	12	25	48	BERMASALAH	6, 18
10	GITA NAWANGSASIH	P	17	14	25	56	SANGAT BERMASALAH	7
11	NIKEN ANDRIYANI	P	16	13	25	52	SANGAT BERMASALAH	23
12	NITA TRISTIANA DEVI	P	17	12	25	48	BERMASALAH	23
13	NOVI DWI ASTUTI	P	18	11	25	44	BERMASALAH	18
14	NUR UTAMI	P	17	15	25	60	SANGAT BERMASALAH	2, 6,7
15	SILVIANA YULISTARI	P	18	12	25	48	BERMASALAH	3, 7, 18
16	SUCINA	P	18	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	0
17	SURATRI UTAMI	P	17	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	9
18	TANTO NUGRIHO	L	17	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	2
19	UKHTI PANGESTI	P	18	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	2, 3, 12
20	WAHYU NUR ROCHMAN	L	17	6	25	24	CUKUP BERMASALAH	11

### E. Masalah Karir

NO	NAMA	L/ P	UMUR	Nm	N	%	Kategorisasi	Masalah Paling Berat
1	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	17	2	25	8	AGAK BERMASALAH	13
2	ANNISA MAHFUDZIA	P	17	1	25	4	AGAK BERMASALAH	6
3	ASHIL HIRKAHUSNA	P	18	2	25	8	AGAK BERMASALAH	24
4	DEVI SEFTIANA	P	17	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	7
5	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	16	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	20
6	DWI SEPTIAN	L	17	10	25	40	BERMASALAH	7
7	ELVANITA LIA YULIANTI	P	18	1	25	4	AGAK BERMASALAH	14
8	ERLITA EKA PUTRI	P	17	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	4
9	ERNA WORO SUTARTI	P	17	6	25	24	CUKUP BERMASALAH	7
10	GITA NAWANGSASIH	P	17	6	25	24	CUKUP BERMASALAH	6
11	NIKEN ANDRIYANI	P	16	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	0
12	NITA TRISTIANA DEVI	P	17	2	25	8	AGAK BERMASALAH	0
13	NOVI DWI ASTUTI	P	18	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	12
14	NUR UTAMI	P	17	7	25	28	BERMASALAH	6, 12
15	SILVIANA YULISTARI	P	18	8	25	32	BERMASALAH	11, 20
16	SUCINA	P	18	4	25	16	CUKUP BERMASALAH	0
17	SURATRI UTAMI	P	17	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	6
18	TANTO NUGRIHO	L	17	2	25	8	AGAK BERMASALAH	13
19	UKHTI PANGESTI	P	18	5	25	20	CUKUP BERMASALAH	7, 24
20	WAHYU NUR ROCHMAN	L	17	3	25	12	CUKUP BERMASALAH	10

## DATA URUTAN MASALAH SISWA SMA N 2 BANTUL KELAS XII IPA 1

### A. Data Pribadi Siswa

NO	NAMA	L/ P	UMUR
1	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	17
2	ANNISA MAHFUDZIA	P	17
3	ASHIL HIRKAHUSNA	P	18
4	DEVI SEFTIANA	P	17
5	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	16
6	DWI SEPTIAN	L	17
7	ELVANITA LIA YULIANTI	P	18
8	ERLITA EKA PUTRI	P	17
9	ERNA WORO SUTARTI	P	17
10	GITA NAWANGSASIH	P	17
11	NIKEN ANDRIYANI	P	16
12	NITA TRISTIANA DEVI	P	17
13	NOVI DWI ASTUTI	P	18
14	NUR UTAMI	P	17
15	SILVIANA YULISTARI	P	18
16	SUCINA	P	18
17	SURATRI UTAMI	P	17
18	TANTO NUGRIHO	L	17
19	UKHTI PANGESTI	P	18
20	WAHYU NUR ROCHMAN	L	17

### B. Masalah Pribadi

NO	MASALAH PRIBADI	JUMLAH	n	%	KATEGORISASI
17	Malas	18	20	90	SANGAT BERMASALAH
24	Mudah bosan	14	20	70	SANGAT BERMASALAH
19	Mempunyai banyak keinginan	11	20	55	SANGAT BERMASALAH
30	Pelupa	11	20	55	SANGAT BERMASALAH
8	Kadang saya pesimis	9	20	45	BERMASALAH
23	Moody	9	20	45	BERMASALAH
12	Kurang fokus	8	20	40	BERMASALAH
15	Kurang percaya diri	8	20	40	BERMASALAH
1	Boros	7	20	35	BERMASALAH
3	Ceroboh	7	20	35	BERMASALAH
42	Sering terburu-buru	7	20	35	BERMASALAH
4	Cuek	6	20	30	BERMASALAH
11	Kurang cekatan	6	20	30	BERMASALAH
9	Kurang bersyukur	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
13	Kurang kritis	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
21	Merasa terlalu banyak kegiatan	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
27	Mudah stres	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
33	Pendiam	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
36	Saya selalu memforsir diri saya dalam mencapai tujuan	4	20	20	CUKUP BERMASALAH

38	Sensitif	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
45	Tertutup	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
5	Egois	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
6	Emosional	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
7	Homesick	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
14	Kurang Motivasi	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
16	Kurang pergaulan	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
25	Mudah galau	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
37	Saya sering merasa sangat berbeda dari orang lain	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
2	Cengeng	2	20	10	AGAK BERMASALAH
26	Mudah putus asa	2	20	10	AGAK BERMASALAH
28	<i>Negative Thinking</i>	2	20	10	AGAK BERMASALAH
40	Sering melamun	2	20	10	AGAK BERMASALAH
41	Sering sakit-sakitan	2	20	10	AGAK BERMASALAH
10	Kurang bertanggung jawab dengan amanah	1	20	5	AGAK BERMASALAH
18	Manja	1	20	5	AGAK BERMASALAH
20	Mengalami penurunan semangat dan keimanan	1	20	5	AGAK BERMASALAH
22	Merasa terlalu dikekang	1	20	5	AGAK BERMASALAH
31	Penakut	1	20	5	AGAK BERMASALAH
34	Plin plan	1	20	5	AGAK BERMASALAH
35	Saya merasa tidak ada orang yang mengerti saya selain keluarga	1	20	5	AGAK BERMASALAH
44	Sulit meluapkan amarah	1	20	5	AGAK BERMASALAH
29	Pelit	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
32	Pendendam	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
39	Sering bermasalah dengan teman	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
43	Suka melebih-lebihkan sesuatu	0	20	0	TIDAK BERMASALAH

### C. Masalah Sosial

NO	MASALAH SOSIAL	JUMLAH	n	%	KATEGORISASI
3	Ingin selalu berkumpul dengan keluarga	8	20	40	BERMASALAH
11	Merasa risih kalau masalah pribadi dibicarakan	8	20	40	BERMASALAH
1	Belum bisa bagi waktu untuk organisasi	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
12	Mudah terpengaruh lingkungan	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
4	Kurang bersosialisasi	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
13	Mudah tersinggung	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
20	Sulit berkenalan dengan orang baru	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
21	Sulit percaya dengan orang lain	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
15	Sering dipandang "berbeda" karena masuk aksel	2	20	10	AGAK BERMASALAH
16	Sering tidak mudah mengontrol ekspresi	2	20	10	AGAK BERMASALAH
18	Sulit beradaptasi dengan lingkungan	2	20	10	AGAK BERMASALAH

22	Tidak betah di rumah	2	20	10	AGAK BERMASALAH
2	Dibully/dihina	1	20	5	AGAK BERMASALAH
6	Kurang nyaman di rumah	1	20	5	AGAK BERMASALAH
9	Masalah dengan pacar	1	20	5	AGAK BERMASALAH
10	Menghindari orang yang tidak disukai/ dikenal	1	20	5	AGAK BERMASALAH
5	Kurang empati	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
7	Masalah dengan guru disekolah	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
8	Masalah dengan keluarga	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
14	Orang tua membatasi pergaulan	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
17	Suka mencari perhatian	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
19	Sulit bercanda	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
23	Tidak gampang memaafkan orang lain	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
24	Tidak punya teman dekat	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
25	Tidak suka dengan etnis tertentu	0	20	0	TIDAK BERMASALAH

#### D. Masalah Belajar

NO	MASALAH BELAJAR	JUMLAH	n	%	KATEGORISASI
2	Banyak godaan belajar	16	20	80	SANGAT BERMASALAH
7	Cepat mengantuk kalau sedang belajar	15	20	75	SANGAT BERMASALAH
18	Resah tentang Ujian Nasional	15	20	75	SANGAT BERMASALAH
16	Menunda-nunda mengerjakan tugas	13	20	65	SANGAT BERMASALAH
4	Belum bisa mengatur waktu belajar	12	20	60	SANGAT BERMASALAH
6	Cepat bosan/jenuh belajar	10	20	50	BERMASALAH
3	Belum bisa fokus dalam belajar	8	20	40	BERMASALAH
8	Dalam memahami materi harus membacanya lebih dari 1 kali,	8	20	40	BERMASALAH
13	Kurang paham dengan materi pelajaran	8	20	40	BERMASALAH
24	Takut nilai turun	8	20	40	BERMASALAH
11	Kesulitan disalah satu pelajaran	7	20	35	BERMASALAH
9	Daya ingat rendah	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
14	Kurang waktu belajar	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
22	Sulit menuangkan pikiran dalam kata-kata	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
23	Susah belajar	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
10	Fasilitas kurang memadai	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
15	Lingkungan kurang kondusif	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
19	Sudah belajar dan usaha tapi nilai pas-pasan	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
12	Kurang ada motivasi	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
17	Menyepelkan pelajaran	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
20	Sulit menganalisis masalah	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
21	Sulit mengejar materi kalau ketinggalan	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
1	Belajar karena terpaksa	2	20	10	AGAK BERMASALAH
25	Tidak bisa belajar mandiri	1	20	5	AGAK BERMASALAH

5	Belum mampu menetapkan tujuan belajar	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
---	---------------------------------------	---	----	---	------------------

#### E. Masalah Karir

NO	MASALAH KARIR	JUMLAH	n	%	KATEGORISASI
10	Ingin sekolah sambil bekerja	10	20	50	BERMASALAH
12	Masalah keuangan untuk melanjutkan studi	9	20	45	BERMASALAH
20	Sulit mengambil keputusan	9	20	45	BERMASALAH
7	Belum menemukan potensi diri	8	20	40	BERMASALAH
13	Masih ingin bersenang-senang	8	20	40	BERMASALAH
6	Belum memiliki kemantapan karir	7	20	35	BERMASALAH
3	Belum dewasa	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
9	Bingung menentukan masa depan	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
11	Kurang wawasan terhadap masa depan	5	20	25	CUKUP BERMASALAH
4	Belum mandiri	4	20	20	CUKUP BERMASALAH
14	Merasa salah mengambil jurusan	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
21	Takut menghadapi resiko	3	20	15	CUKUP BERMASALAH
8	Belum punya pandangan karir	2	20	10	AGAK BERMASALAH
24	Tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki	2	20	10	AGAK BERMASALAH
18	Pesimis tentang cita-cita	1	20	5	AGAK BERMASALAH
19	Sering gagal dalam seleksi	1	20	5	AGAK BERMASALAH
23	Tidak yakin bekerja sesuai harapan	1	20	5	AGAK BERMASALAH
25	Tidak yakin visi akan tercapai	1	20	5	AGAK BERMASALAH
1	Belum ada niat untuk bekerja	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
2	Belum berfikir jangka panjang	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
5	Belum memiliki cita-cita	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
15	Merasa tidak akan berhasil di masa depan	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
16	Orang tua masih menentukan karier saya	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
17	Pasrah menerima keadaan apa adanya	0	20	0	TIDAK BERMASALAH
22	Tidak akan melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi	0	20	0	TIDAK BERMASALAH

## DATA URUTAN MEDIA SISWA SMA N 2 BANTUL KELAS XII IPA 1

### A. Data Pribadi Siswa

NO	NAMA	L/ P	UMUR
1	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	17
2	ANNISA MAHFUDZIA	P	17
3	ASHIL HIRKAHUSNA	P	18
4	DEVI SEFTIANA	P	17
5	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	16
6	DWI SEPTIAN	L	17
7	ELVANITA LIA YULIANTI	P	18
8	ERLITA EKA PUTRI	P	17
9	ERNA WORO SUTARTI	P	17
10	GITA NAWANGSASIH	P	17
11	NIKEN ANDRIYANI	P	16
12	NITA TRISTIANA DEVI	P	17
13	NOVI DWI ASTUTI	P	18
14	NUR UTAMI	P	17
15	SILVIANA YULISTARI	P	18
16	SUCINA	P	18
17	SURATRI UTAMI	P	17
18	TANTO NUGRIHO	L	17
19	UKHTI PANGESTI	P	18
20	WAHYU NUR ROCHMAN	L	17

### B. MEDIA

NO	MEDIA / TEKNIK / METODE LAYANAN	JUMLAH	n	%
16	Hiburan	15	20	33,33
4	Bimbingan	12	20	26,67
13	Film	12	20	26,67
18	Internet	12	20	26,67
3	Beasiswa	11	20	24,44
11	Dengerin musik	11	20	24,44
17	Informasi tentang berbagai Universitas	11	20	24,44
28	Motivasi	11	20	24,44
21	Konsultasi	9	20	20,00
8	Catatan kecil	7	20	15,56
10	Curhat	7	20	15,56
29	Musik	7	20	15,56
25	Menabung	6	20	13,33
27	Modul	6	20	13,33
33	Permainan	6	20	13,33
45	TV	6	20	13,33
7	Buku	5	20	11,11
14	Foto	5	20	11,11

44	Training motivasi	5	20	11,11
31	Note	4	20	8,89
41	Skala prioritas	4	20	8,89
1	Agenda	3	20	6,67
15	Gambar	3	20	6,67
26	Mind map	3	20	6,67
39	Reminder	3	20	6,67
40	Simulasi	3	20	6,67
9	CD interaktif	2	20	4,44
20	Komik	2	20	4,44
23	Membuat jadwal	2	20	4,44
36	Presentasi multimedia	2	20	4,44
37	Program video	2	20	4,44
6	Brosur	1	20	2,22
19	Kalender	1	20	2,22
24	Membuat list	1	20	2,22
32	Papan bimbingan	1	20	2,22
34	Perpustakaan	1	20	2,22
43	Time table	1	20	2,22
2	Bagan	0	20	0,00
5	Biografi tokoh	0	20	0,00
12	Diagram	0	20	0,00
22	Kotak masalah	0	20	0,00
30	News letter	0	20	0,00
35	Poster	0	20	0,00
38	Radio	0	20	0,00
42	Stiker	0	20	0,00

SATUAN LAYANAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SEKOLAH MENENGAH ATAS

1. Judul Layanan : Asiknya Berkenalan dengan Teman Baru
2. Bidang Bimbingan : Bimbingan Sosial
3. Jenis Layanan : Layanan Informasi
4. Fungsi Layanan : Pemahaman
5. Komponen Program : Layanan Dasar
6. Tujuan Layanan : a. Siswa mampu saling mengenal satu sama lain.  
b. Siswa mampu menjalin keakraban antar teman.
7. Metode Layanan : Permainan Ini Namaku
8. Sasaran Layanan : Siswa SMA kelas X MIA 2
9. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
10. Tanggal Pelaksanaan : Senin, 11 Agustus 2014
11. Alokasi waktu : 1 x 45 menit
12. Alat dan Bahan : 1 bola tenis
13. Deskripsi Proses :
  - a. Tahap Awal
    - Pembukaan
    - Konselor membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka dan menanyakan kabar dan kondisi peserta didik
    - Konselor mengecek kehadiran peserta didik
  - b. Tahap Inti
    - Konselor melakukan apersepsi kepada siswa tentang asiknya berkenalan dengan teman baru.
    - Konselor mengajak siswa untuk mengikuti permainan
    - Konselor menjelaskan secara singkat mengenai langkah-langkah permainan.
    - Siswa melakukan permainan
  - c. Tahap Pengakhiran/ Penutup
    - Konselor menanyakan kepada siswa apakah mereka sudah paham mengenai materi yang sudah dijelaskan.

- Konselor menanyakan kepada siswa apakah mereka memahami makna dari permainan tersebut.
- Konselor dan siswa menyampaikan kesimpulan terhadap pemecahan masalah
- Konselor menutup kegiatan layanan dengan salam penutup.

14. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

- Menilai pemahaman dan kemampuan siswa dalam memahami materi dan permainan yang diberikan
- Antusias siswa dalam menerima materi dan permainan
- Kemampuan siswa dapat menilai makna dari permainan ini
- Kemampuan siswa dapat menjalin keakraban antar teman dan saling mengenal satu sama lain.

b. Evaluasi Proses

- Respon siswa antusias atau tidak ketika mengikuti proses layanan.
- Kehadiran siswa dan keaktifan siswa ketika proses layanan.

15. Tindak Lanjut : Konsultasi perorangan siswa dan/ atau konsultasi kelompok terkait dengan pemahaman diri sendiri.

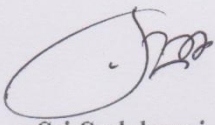
16. Referensi : 55 Games dalam Bimbingan dan Konseling

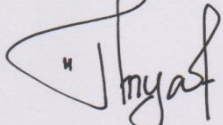
<http://maubacabaewis.blogspot.com/2013/01/tip-s-mendapatkan-banyak-teman-dan.html>

17. Anggaran Dana :-

18. Catatan :-

Yogyakarta, 11 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
 Sri Sudalmani, S.Pd  
 NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
 NIM. 11104241009

## Cara Gampang Mendapatkan Banyak Teman

Takut tidak mendapatkan teman di sekolah baru? Eits, ga perlu takut dong, asal tahu step by step yang jitu untuk mendapatkan teman baru. Ini tips-tipsnya:

### 1. Tersenyum

Cara cepat mendapatkan teman baru adalah dengan tersenyum . Coba sekarang pikir, siapa yang mau dekat-dekat dengan orang yang jutek alias cemberut? Males banget kan?, sebaliknya kalau kamu banyak senyum pasti deh teman-teman barumu akan nyaman berdekatan atau menyapa. Mereka akan merasa bahwa kamu adalah orang yang bersahabat dan mudah diajak ngobrol.

### 2. Menyapa

Jangan pernah ragu untuk menyapa terlebih dahulu. Ini akan menjadi nilai plus buat kamu sebagai sosok yang ramah dan bersahabat. Mulai saja dengan orang yang paling dekat posisi duduknya denganmu, misalnya teman sebangku, ke tetangga bangku kemudian merembet ke lingkup yang lebih luas, seperti teman lain kelas bahkan kakak kelas.

### 3. Perhatian

Berilah perhatian dan minat yang jujur terhadap orang lain. Siapa yang tidak perhatian pada sesamanya, maka akan mengalami banyak sekali kesukaran dalam hidupnya tetapi juga akan mengantar kesulitan bagi orang-orang disekitarnya.

### 4. Memiliki perilaku yang baik dan menyenangkan

Tidak dipungkiri bahwa orang yang memiliki akhlak baik akan memiliki banyak teman. Sebab Hati seseorang dilihat dari akhlak dan perilakunya. Banyak diantara kita yang cenderung untuk menyukai orang-orang yang berperilaku baik. Sedangkan orang yang berperilaku jahat akan dijauhi, lihat saja ketika ada orang yang berperilaku kurang baik ketika ia datang menghampiri kita akan berusaha untuk menghindar dari dia kan?. Salah satu cara menjadi pribadi yang baik adalah dengan selalu tersenyum ketika bertemu seseorang, dan juga tidak mudah menjadi marah ketika ada masalah

#### 5. Tidak Egois

Egois adalah perilaku buruk yang ingin menang sendiri. Jika ingin mendapatkan banyak teman maka berusaha untuk membuang jauh-jauh sikap egois di dalam diri kita. Jangan selalu mengutamakan kepentingan pribadi, tapi utamakanlah kepentingan bersama saat bersama dengan teman-teman kita. Rela berkorban adalah tanda bahwa kita tidak memiliki sikap egois pada diri kita. Walaupun berkorban itu terasa sulit tapi akan diakhiri dengan kebaikan. Jika hari ini kita berkorban untuk orang lain, maka esok atau dihari yang lain kita juga akan mendapatkan pertolongan dari orang yang tak di duga-duga.

#### 6. Suka Berbagi

Perilaku suka berbagi memang sulit dilakukan di zaman yang serba susah seperti sekarang ini, dimana tuntutan hidup semakin tinggi. Tapi percayalah dengan banyak berbagi dengan teman-teman dapat menciptakan rasa persaudaraan yang tinggi dengan orang lain. Hal ini banyak dilakukan oleh para pecinta alam. Mereka sangat senang berbagi walau hanya dengan segelas air untuk diminum berame-rame sehingga persaudaraan mereka semakin dekat sesama teman maupun sahabat. Anda dapat memasuki organisasi dan perkumpulan orang-orang yang memiliki jiwa berbagi yang tinggi, seperti para pecinta alam.

#### 7. Jadi pembicara dan pendengar yang baik

Menjadi pembicara yang baik lebih mudah daripada menjadi pendengar yang baik. Sebab terkadang kita malas mendengar orang yang berbicara panjang lebar apalagi bila tak ada keuntungannya sama sekali dengan kita. Tetapi menjadi pendengar yang baik menandakan penghormatan kita terhadap orang lain lawan bicara kita. Sedangkan menjadi pembicara yang baik adalah dengan tidak mengeluarkan kata-kata yang dapat menyinggung perasaan teman kita yang mendengarnya. Tetapi kalau kita tidak mampu melakukannya, maka lebih baik kita diam saja.

#### 8. Tingkatkan Sosialisasi

Rajin bersosialisasi membuat kita menjadi lebih mudah akrab dengan siapa saja dan memiliki banyak teman. Orang yang banyak bersosialisasi

biasanya akan memiliki banyak pengetahuan dan pengalaman menghadapi berbagai jenis dan karakter orang yang berbeda-beda. Cara untuk belajar bersosialisasi adalah dengan masuk dan aktif di dalam organisasi social kemasyarakatan.

9. Memiliki sikap keterbukaan

Kunci untuk memiliki banyak teman adalah dengan tidak mengurung diri, sebab hal itu membuat diri kita menjadi terkucilkan dengan dunia. Jangan selalu berdiam diri di dalam rumah apalagi jika anda seorang lelaki, beda halnya dengan wanita yang memang cenderung menyukai kehidupan di rumah. Cobalah untuk sering keluar rumah dan mencari hal-hal yang baru.

Permainan : Ini Namaku

Tujuan : Menjalin keakraban antar peserta dan bisa saling mengenal satu sama lainnya.

Bidang Bimbingan : Sosial

Waktu : 15 Menit

Bahan/Alat : 1 bola tenis

Jumlah pemain : berkelompok (7-20)

Langkah Permainan :

- 1) Peserta diminta melingkari fasilitator
- 2) Fasilitator memberikan bola tenis kepada salah satu peserta dan memintanya memperkenalkan diri dengan cara melemparkan bola keatas sebanyak tiga kali sambil menyebutkan namanya. Misalnya nama saya Ani (lempar), Ani (Lempar), Ani (Lempar)
- 3) Kemudian peserta tersebut (Ani) diminta mengoperkan bolanya kepada peserta lain secara acak, sambil mengatakan "giliranmu".
- 4) Peserta yang mendapatkan bola menjawab "terimakasih" kemudian memperkenalkan dirinya dengan kalimat "saya Rudi, saya mendapatkan bola dari Ani" dan mengajukan beberapa pertanyaan kepada teman yang mengoper bola tersebut (Ani). "Giliranmu"

- 5) Peserta yang mendapatkan lemparan dari Rudi menjawab dengan “terimakasih rudi” setelah itu ia memperkenalkan dirinya dengan kalimat “saya Dani, saya mendapat bola dari Rudi, Rudi mendapat bola dari Ani” dan mengajukan beberapa pertanyaan kepada Rudi.”Giliranmu”
- 6) Dilakukan sampai semua peserta mendapatkan bola dan memperkenalkan diri serta mengenal peserta-peserta sebelumnya.
- 7) Peserta terakhir harus mengembalikan bola kepada peserta pertama dengan terlebih dahulu mengatakan “terimakasih (sebut nama pemberi bola). Nama saya Desi. Saya mendapat bola dari....menerima dari....yang sebelumnya mendapatkan dari....(menyebutkan semua nama anggota kelompok). Sekarang bola ini saya kembalikan kepada Ani (peserta pertama). Bola ini ku kembalikan padamu Ani”

Evaluasi dan Refleksi :

- 1) Apakah peserta hafal pada urutan bola yang diterimanya?
- 2) Apakah peserta mampu mengingat nama teman-temannya?
- 3) Bagaimana perasaan ketika di wawancarai tadi?
- 4) Apakah makna dari permainan ini?

Poin belajar (learning point) yang diperoleh:

Melalui berbagai pertanyaan dan diskusi, konselor/ guru pembimbing memfasilitasi peserta untuk menemukan poin-poin belajar sebagai berikut:

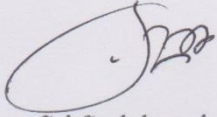
- 1) Mengenal dan memahami orang lain membutuhkan kesungguhan karena jika tidak akan menimbulkan kesalahan.
- 2) Saling terbuka merupakan salah satu kunci yang memudahkan usaha untuk saling mengenal.
- 3) Bisa terbuka sehingga diri kita bisa dikenal orang lain dan mampu mengenal orang lain akan membuat diri merasa nyaman di tengah-tengah kehadiran orang lain.

**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SMA N 2 BANTUL**

- A. Judul Materi : Cara Efektif Menyalurkan Marah
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pencegahan
- D. Komponen Program : Layanan Informasi
- E. Tujuan Layanan : a. Agar siswa mampu memahami makna menyalurkan marah yang efektif.  
b. Agar siswa dapat menyalurkan marah secara efektif.
- F. Metode Layanan : Bimbingan tidak langsung
- G. Sasaran : Siswa kelas X SMA N 2 Bantul
- H. Hari, tanggal : Sabtu, 23 Agustus 2014
- I. Tempat : SMA N 2 Bantul
- J. Alokasi Waktu : 1 bulan
- K. Alat dan Bahan : Leaflet
- L. Deskripsi Proses : Konselor melakukan bimbingan secara tidak langsung kepada siswa. Bimbingan dilakukan dengan pembuatan leaflet yang selanjutnya disebarakan kepada siswa agar siswa dapat membaca dan mengambil unsur informasi yang ada di dalam leaflet tersebut.
- M. Evaluasi : a. Siswa mampu memahami makna menyalurkan marah secara efektif.  
b. Siswa dapat menyalurkan marah secara efektif.
- N. Rencana Tindak Lanjut : Memberikan layanan konsultasi dan konseling kepada individu yang mengalami permasalahan dan kendala terkait kesulitan menyalurkan marah secara efektif.
- O. Referensi : - vemale.com  
- <http://akudothenrika.blogspot.com/2012/05/satlan-materi-mengelola-emosi.html>

Yogyakarta, 22 Agustus 2014

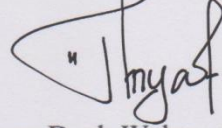
Guru Pembimbing



Sri Sudalmani, S.Pd

**NIP 19630101 198903 2008**

Mahasiswa



Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

**NIM. 11104241009**

# MARAH?

Yuk coba salurkan amarah dengan beberapa cara alternatif ini supaya tidak cepat tua

## TULISKAN PADA SEBUAH SURAT

Menuliskan sebuah surat bisa menjadi terapi. Setelah menulis surat tersebut, kamu bisa mengambil lebih banyak waktu untuk menyendiri, introspeksi, dan menenangkan diri. Kadang, suatu masalah tidak bisa diselesaikan dengan perdebatan dan membutuhkan media lain untuk penyaluran.

## MENCARI LAGU YANG TEPAT

Salah satu cara yang bisa kamu gunakan untuk mengatasi amarah adalah menemukan lagu yang sesuai dengan kondisi kamu. Kamu bisa mendengarkan lagu tersebut berulang kali atau bahkan menyanyikannya sesukamu sambil karaoke bersama teman. Menemukan lagu yang sesuai dengan keadaan bisa menjadi suatu media untuk pelepasan emosi secara tidak langsung.

## MEMOTONG PONI/RAMPUT

Bukan hanya mereka yang putus cinta yang suka potong rambut. Bila kamu menghadapi suatu masalah yang membuatmu naik darah, memotong rambut bisa menjadi cara yang ampuh meredakannya. Memotong rambut bisa 'melahirkan sosok baru' dari diri Anda dan memberi perasaan segar.

## CURHAT PADA SAHABAT

Kamu bisa curhat dengan sahabat tanpa harus meminta solusi atau pendapat dari mereka. Hal itu lebih kamu butuhkan. Jangan lupa bawa mini cookies atau es krim untuk membuat sahabatmu punya energi lebih untuk mendengarkan curhatanmu

## OLAHRAGA

Saat kamu sedang marah, kamu punya tenaga yang cukup untuk disalurkan dengan olahraga. Olahraga yang direkomendasikan adalah berlari. Bila kamu ingin olahraga yang lebih ringan, bisa mencoba meditasi.

PPL BK 2014

Sumber : Vemale.com

**SATUAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**SMA N 2 BANTUL**

- A. Judul Materi : Pesan yang Tidak Tersampaikan dengan Baik
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pencegahan
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan :
1. Tujuan Umum : Siswa mampu memahami penyebab pesan tidak dapat tersampaikan dengan baik
  2. Tujuan Khusus :
    - a. Siswa mampu menemukan penyebab-penyebab pesan tidak tersampaikan dengan baik
    - b. Siswa mengetahui dampak jika pesan tidak dapat tersampaikan dengan baik
    - c. Siswa dapat berpikir tentang bagaimana agar pesan tersampaikan dan tetap terjaga isinya
    - d. Siswa mampu menyampaikan dan menyalurkan pesan dengan baik
- F. Metode : Games dan Diskusi
- G. Sasaran : Siswa SMA N 2 Bantul
- H. Hari, Tanggal : Selasa, 15 Juli 2014
- I. Tempat : Ruang Kelas
- J. Alokasi Waktu : 1 x Pertemuan (1 x 45 menit)
- K. Alat dan Bahan : Kertas
- L. Deskripsi Proses :

<b>TAHAP</b>	<b>KEGIATAN</b>	<b>ESTIMASI WAKTU</b>
Membuka	a. Konselor membuka kegiatan bimbingan dengan salam dan sapaan b. Konselor melakukan kegiatan appersepsi untuk mengaitkan antara situasi yang dialami siswa dengan materi bimbingan yang akan diberikan.	± 5 Menit
Penyampaian materi	Pemberian games “Kata	± 15 Menit

Layanan

Berantai". Dimana para siswa dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil 4 hingga 7 orang per kelompok. Masing-masing kelompok memilih pemimpin kelompoknya. Setiap kelompok berdiri berbanjar, dan masing-masing kelompok mengambil kertas undian berisikan sebuah kalimat yang cukup panjang yang berbeda pada setiap kelompok. Kemudian pemimpin kelompok membisikkan isi kalimat berdasarkan yang dia ambil kepada salah satu anggota kelompok disampingnya, kemudian anggota kelompok yang telah dibisiki berganti membisikkan apa yang dia dengar pada teman lain disebelahnya begitu seterusnya hingga anggota kelompok paling ujung mendengar pesan yang diberikan. Kemudian anggota kelompok yang paling ujung diminta untuk mengatakan apa yang dia dengar.

Bimbingan

Kegiatan diskusi dilakukan ± 15 Menit dengan menanyakan apakah pada masing-masing anggota dapat membisikkan pesan dengan baik dan benar sesuai dengan apa yang tertulis di kertas, dan apakah semakin banyak melewati orang, pesan

tersebut tetap terjaga atau justru semakin tidak sesuai? Kemudian para siswa diajak berdiskusi mengenai penyebab pesan tidak tersampaikan dengan baik dan bagaimana sebaiknya agar pesan dapat tersampaikan dengan baik

Penutup

- a. Ucapan terima kasih dan apresiasi atas perhatian peserta ± 5 menit
- b. Salam penutup

M. Rencana Evaluasi

:

Penilaian segera : Mengamati keaktifan siswa selama proses pemberian layanan berlangsung

Jangka Panjang : Mengamati dan menganalisis perkembangan siswa setelah pemberian informasi

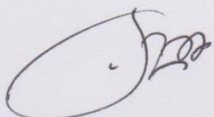
N. Rencana Tindak Lanjut

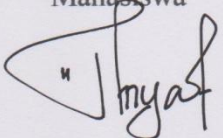
: Pemberian materi yang lebih mendalam dan jika diperlukan akan dilakukan konseling kelompok bagi siswa yang belum dapat mencapai tujuan layanan

O. Referensi

: [Suwarjo](#) dan Eva Imania Eliasa. 2011. 55 *Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Paramitra Publishing

Yogyakarta, 15 Juli 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

## **MATERI**

### **GAMES “KATA BERANTAI”**

Langkah Permainan:

1. Konselor membagi kelas menjadi kelompok-kelompok kecil berisi 4 hingga 7 orang
2. Konselor lalu meminta masing-masing kelompok menunjuk salah satu dari anggota kelompoknya untuk menjadi pemimpin kelompok
3. Kemudian setiap kelompok berdiri berbanjar
4. Konselor meminta masing-masing pemimpin kelompok untuk memilih kertas yang tergulung yang berisikan kalimat panjang, misalnya: Pak Dio berencana bangun pagi untuk bersiap memotong rumput-rumput hijau di depan halaman yang seluas 7x9 meter dengan menggunakan gunting rumput yang besar.
5. Konselor memberikan waktu 10 detik kepada pemimpin kelompok untuk membaca dan memahami kalimat yang tertulis di masing-masing kertas tersebut.
6. Kemudian konselor meminta pemimpin kelompok untuk membisikkan isi dari kertas yang dipegangnya tersebut kepada anggota kelompoknya yang berada di sebelahnya dalam waktu 10 detik, lalu anggota yang telah dibisiki berganti membisiki anggota kelompok disampingnya begitu seterusnya hingga anggota kelompok paling ujung mendengar kalimat yang disampaikan, masing-masing juga dalam waktu 10 detik.
7. Konselor meminta anggota kelompok paling ujung untuk menucapkan apa yang telah dia dengar dari bisikan kawan kelompoknya, apakah hasilnya sesuai dengan kalimat awal yang disampaikan oleh pemimpin kelompok dan dengan isi dari kertas tersebut.
8. Masing-masing kata yang sesuai diberikan skor 1 dan ditotal dalam satu kalimat setiap kelompok mendapatkan skor berapa.

## **Materi**

### **Penyampaian Pesan**

#### **Tips Komunikasi yang Efektif**

Keberhasilan karyawan bukan hanya berdasar pada profesionalisme dan kerja keras, networking dan hubungan dengan rekan kerja juga memegang peranan penting. Walaupun perkembangan teknologi kini sudah sangat berkembang akan tetapi communication skill masih memegang peranan penting untuk penyampaian informasi yang efektif.

Dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pada percakapan antar pribadi terkadang muncul kesalahpahaman atau salah tanggap dikarenakan komunikasi yang tidak baik. Cukup mengejutkan hal ini biasanya terjadi dikarenakan perbedaan budaya atau bahasa. Beberapa orang bahkan tetap mengalami kesulitan untuk berkomunikasi dengan atasan atau rekan kerja yang menggunakan bahasa yang dan memiliki budaya yang sama. Biasanya komunikasi yang efektif terjadi di dalam kelompok dan hanya dengan teman dekat, dimana saling pengertian dan keinginan untuk mendengarkan merupakan menjadi bagian penting dari proses komunikasi.

Berikut tips untuk mengatasi gangguan komunikasi:

- Pesan, bukan si pemberi pesan

Terkadang kita memiliki persepsi tertentu terhadap seseorang yang menyampaikan suatu pesan. Jika kita memiliki anggapan jelek tentang seseorang maka biasanya kita tidak akan mendengarkan secara serius apa yang disampaikan orang tersebut, hal ini juga berlaku dari penampilan orang yang memberi pesan seperti tampilan luar dan cara berbicara. Kita harus ingat bahwa yang paling penting adalah pesan yang disampaikan dan bukan si pemberi pesannya.

- Isi pesan, bukan hanya sekedar pesannya

Permasalahan dan suatu peristiwa terjadi dikarenakan sebab dan akibat, sering kali ada hubungan antara suatu masalah dengan masalah yang lain, suatu kejadian dengan kejadian lainnya. Jika kita hanya berkonsentrasi pada suatu kalimat misalnya “perusahaan memberlakukan jam kerja yang fleksibel kepada karyawannya, jadi mereka bisa datang lebih pagi atau sebelum siang”. Melihat kalimat tersebut kita dapat menterjemahkan bahwa perusahaan memperhatikan

karyawannya agar dapat terhindar dari kemacetan. Oleh karena itulah penting bagi kita untuk mengetahui maksud dan tujuan dalam suatu kalimat.

- Dengarkan terlebih dahulu, baru lakukan evaluasi

Kita harus mengerti sudut pandang dari si pemberi pesan, alasan orang tersebut menyampaikan suatu hal, tanyakan apa maksud dan tujuannya agar kita dapat mengevaluasi sudut pandangnya. Evaluasi dapat dilakukan setelah perbincangan berakhir dan tidak perlu terburu-buru dalam mengambil keputusan. Jangan terbiasa langsung mengambil kesimpulan dan memutuskan sebuah keputusan terhadap suatu hal yang masih belum jelas.

- Tertulis, bukan lisan

Orang yang memiliki emosi tinggi atau kurang memperhatikan orang memiliki kesulitan untuk berkomunikasi secara lisan. Maka itulah disarankan untuk berkomunikasi dengan orang seperti ini dengan mengirim memo atau surat sebelum berbicara dengan orang tersebut.

- Sampaikan dengan jelas

Gunakan kata-kata yang sederhana dan tepat dalam menyampaikan pesan agar mudah dimengerti. Jargon dan kalimat formal hanya akan memperbesar jarak saat berkomunikasi. Di lain pihak, ketika dua orang tidak dapat berkomunikasi dengan baik mereka akan menyampaikan pesan tersebut sehingga lebih banyak orang yang tidak mengerti. Pada akhirnya hasil dari komunikasi tersebut hanyalah nol besar.

- Minta tanggapan dari penerima pesan

Penyampaian sebuah pesan hanyalah tahap awal dari sebuah proses komunikasi. Pihak perusahaan dan atasan harus meminta tanggapan dari bawahannya agar dapat mengetahui kesalahan yang terjadi dan dapat segera diperbaiki. Yang lebih penting lagi adalah Anda dapat mengetahui keluhan, gossip yang beredar, sehingga solusi untuk masalah tersebut dapat segera ditemukan.

- Saling percaya dan Menghormati

Dua orang yang saling berkomunikasi dengan kepercayaan penuh dan saling

menghormati tidak akan memaksakan pemikirannya sehingga mereka benar-benar “berkomunikasi”. Hal ini dapat membuat pembicaraan menjadi lebih interaktif, dinamis, dan efektif. Pesan yang disampaikan juga akan sepenuhnya dimengerti karena kedua belah pihak dapat bertukar ide.

- Level dari komunikator

Perbedaan antara cara berbicara dari atasan dan bawahan dapat terlihat secara jelas. Dalam komunikasi bawahan – atasan sangat disarankan poin-poin yang disampaikan jelas dan tepat dan selalu perhatikan komentar yang disampaikan atasan. Sebaliknya, pada komunikasi atasan – bawahan kita harus menjelaskan suatu permasalahan secara rinci dan jangan lupa untuk meminta tanggapan dari ide yang sudah disampaikan.

**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

- A. Judul Layanan : Manajemen Waktu  
 B. Bidang Bimbingan : Pribadi  
 C. Fungsi Layanan : Pemahaman  
 D. Jenis Layanan : Layanan Dasar  
 E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan ini siswa di  
 harapkan dapat

- a. Mengatur waktu yang efektif dan efisien dalam kegiatan sehari-hari  
 b. Membuat jadwal kegiatan sehari-hari di rumah  
 c. Siswa mampu mengatur kegiatan utama dan kegiatan selingan dalam kehidupan sehari-hari

- F. Metode Layanan : Games  
 G. Sasaran Layanan : Siswa SMA kelas XII  
 H. Hari/Tanggal Pelaksanaan : Sabtu, 23 Agustus 2014  
 I. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas  
 J. Alokasi Waktu : 1 x 40 menit  
 K. Alat dan Bahan : gelas aqua, bola pingpong, kelereng  
 L. Deskripsi Proses

Tahap	Kegiatan	Estimasi waktu
Pra bimbingan	1) Persiapan alat dan bahan yang akan digunakan	2 menit
Membuka	1) Membuka kegiatan 2) Memberikan apersepsi	5 menit
Layanan bimbingan	1) Pembimbing memberikan instruksi terkait 2) Pelaksanaan games 3) Berdiskusi dengan siswa mengenai pelajaran dan nilai apa yang dapat diambil dari games yang telah dilakukan	30 menit
Penutup	1) Mereview dan memberi kesimpulan terhadap layanan yang telah dilakukan 2) Salam	5 menit
M. Rencana Penilaian	: 1. Penilaian hasil a. Pemahaman siswa terhadap materi dan games yang telah dilakukan  b. Pemahaman siswa terhadap makna dari permainan yang telah dilakukan	

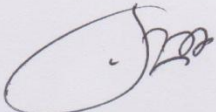
2. Penilaian proses

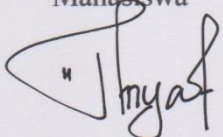
- a. Kesesuaian program dengan jadwal
- b. Respon peserta didik antusias atau tidak ketika mengikuti proses layanan
- c. Kehadiran peserta didik dan keaktifan peserta didik dalam proses layanan
- d. Ketersediaan sarana prasarana

N. Rencana Tindak Lanjut : Bimbingan kelompok dan konseling individual

O. Referensi : - Buku 55 Permainan dalam Bimbingan dan konseling  
-hot.yukbisnis.com/8-langkah-untuk-mengelola-waktu-lebih- baik/  
- anggipurifik.blogspot.com

Yogyakarta, 22 Agustus 2015

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

## MATERI

### **Manajemen Waktu**

Dalam satu hari kita mempunyai waktu 24 jam, tetapi sebagian kita ada yang sukses dan ada yang gagal, orang yang sama-sama 30 tahun, yang satu sukses, yang satu gagal, padahal punya waktu yang sama. Apa rahasianya, salah satunya adalah kepandaian dalam menggunakan waktu atau menggunakan waktu dengan cerdas dan bijak. Memanfaatkan masa muda sebelum tiba masa tua, masa longgar sebelum masa sibuk, masa hidup sebelum mati, dan sejenisnya. Kalau kita pandai menggunakan waktu dengan baik, cerdas dan bijak, tentu peluang dan kekayaan akan lebih mudah untuk kita dapatkan.

### **Apakah Manajemen Waktu itu ?**

Waktu adalah komoditas yang berharga, sesuatu yang perlu dikelola dengan baik. Setiap orang memiliki tengat yang harus dipenuhi, baik berupa kegiatan yang membosankan seperti menunggu bus agar tidak ketinggalan atau kegiatan penting seperti menyelesaikan tugas harus tepat waktu. Tekanan waktu selalu kita rasakan, tetapi sayangnya begitu banyak waktu yang terbuang dalam bentuk penundaan. Kita sering merasa seolah-olah tidak memiliki cukup banyak waktu untuk menyelesaikan segala sesuatu yang harus dikerjakan, tetapi apakah masalah sebenarnya ?

Pikirkan sejenak, betapa seringnya kita menggunakan kata “waktu” dalam kosakata dalam kehidupan sehari-hari, seperti menghemat waktu, menggunakan waktu, membuang-buang waktu, menghabiskan waktu, dan lain-lain. Kata-kata itu lebih dekat dengan pengelolaan waktu. Mungkin Anda merasa bahwa mengelola waktu bukan sesuatu yang dapat Anda lakukan. Tetapi mungkin itu merupakan hal paling membangun yang dapat Anda lakukan terhadap seluruh waktu yang Anda miliki. Yang penting dalam mengelola waktu adalah bagaimana Anda memanfaatkan waktu, bagaimana Anda mengelola diri sendiri dengan waktu yang tersedia. Hal tersebut juga disebut dengan “manajemen waktu” yang berbicara tentang bagaimana meningkatkan efisiensi waktu dan menjadikan waktu lebih produktif.

***Management Waktu merupakan perencanaan, pengorganisasian, penggerakan, dan pengawasan produktivitas waktu.*** Waktu menjadi salah satu sumber daya unjuk kerja. Sumber daya yang mesti dikelola secara efektif dan efisien. Efektifitas terlihat dari tercapainya tujuan menggunakan waktu yang telah ditetapkan sebelumnya. Dan efisien tidak lain mengandung dua makna, yaitu: makna pengurangan waktu yang ditentukan,

dan makna investasi waktu menggunakan waktu yang ada.

### **Bagaimana Mengelola Waktu ?**

Pengelolaan waktu merupakan suatu keterampilan. Seseorang tidak mungkin memiliki kematangan dalam pengelolaan waktu tanpa terlatih. Latihan memerlukan ketekunan dan kemauan. 8 (delapan) tips mengelola waktu :

1. Lacak aktifitas Anda.

Kebanyakan kita akan menemukan waktu 3 (tiga) jam dalam tiap hari yang sebenarnya dapat kita gunakan untuk hal yang lebih membangun atau bertindak yang efisien. Kurangi waktu yang digunakan untuk bertelepon, membolak-balik majalah, surfing di web yang tak menghasilkan sesuatu yang kurang berharga, dan kegiatan-kegiatan yang tidak penting.

2. Berkonsentrasi pada hasil

Banyak orang melewatkan waktu sepanjang hari dengan aktivitas yang hiruk-pikuk, tapi hanya sedikit membahkan hasil. Itu semua terjadi karena mereka tak berkonsentrasi pada hal yang benar. Dengan lebih berkonsentrasi pada sedikit prioritas utama secara teratur, Anda akan dapat mencapai lebih banyak hal dalam waktu singkat.

3. Ingat prinsip 80/20 .

Aktivitas Anda akan memberi Anda 80 % dalam bentuk hasil. Tujuan Anda adalah mengubah ini untuk memastikan kalau Anda berkonsentrasi sebanyak usaha yang mungkin Anda lakukan untuk hasil tertinggi dari tujuan.

4. Jangan menangguhkan

Lakukan saat ini juga. Cara untuk mencegah penundaan adalah dengan menentukan deadline waktu untuk tujuan yang harus dicapai.

5. Gunakan waktu perjalanan dengan bijaksana

Bila Anda naik bus, kereta, atau menyetir mobil sendiri, dapat menyediakan kesempatan untuk membuat penggunaan waktu ;lebih efektif dan memperbaiki keterampilan dan lebih produktif.

6. Merespon dengan cepat

Ketika memungkinkan, lakukan tindakan pada hari yang sama saat Anda menerimanya. Jangan biarkan komputer, meja dan pikiran Anda jadi tertumpuk dengan hal yang tak berguna.

7. Bersikap tegas

Belajarlh berkata tidak pada orang lain. Waktu Anda sangat berharga. Jadi jangan biarkan orang lain menentukan atau memanfaatkan Anda untuk

kepentingan rencana mereka. Batasi gangguan sebisa mungkin. Tutup pintu Anda. Matikan nada dering telepon atau minta dengan terus terang agar Anda tidak diganggu.

8. Jadwalkan waktu untuk bersantai.

Saat Anda mengatur waktu, pastikan untuk menyisihkan saat untuk bersantai.

### **Materi permainan Manajemen waktu**

A. Alat yang digunakan :

- Batu
- Beras
- Botol aqua gelas

B. Cara Bermain :

Membagi siswa menjadi 4 kelompok, masing-masing diberi bahan-bahan untuk kegiatan. Kelompok diberi kebebasan untuk memasukkan bahan-bahan sesuai dengan pemikiran mereka.

1. Masing - masing wakil kelompok memberikan kesimpulan kegiatan yang mereka lakukan
2. Konselor memberikan materi penjelasan dan membuat kesimpulan

C. Evaluasi

Permainan analogi ini bisa dijelaskan sebagai berikut:

Botol gelas aqua adalah ibarat jumlah waktu dalam sehari yaitu 24 jam, batu besar adalah kegiatan utama kita seperti sekolah, belajar, ikut bimbingan belajar dan beribadah. Batu kerikil, pasir, dan air adalah kegiatan selingan seperti les, bermain dengan teman, internetan, facebook, chatting, main PS, nonton film, nonton TV, istirahat, tidur, makan , minum.

Apabila kita memasukkan kerikil, pasir dan air terlebih dahulu lalu batu besar, maka batu besar tidak akan masuk. Tetapi apabila kita memasukkan batu besar terlebih dahulu maka batu kerikil, pasir dan air akan bisa masuk. Dengan demikian, dalam kegiatan sehari-hari kita harus mengerjakan kegiatan yang utama terlebih dahulu kemudian diisi dengan kegiatan selingan sehingga kita dapat memanfaatkan waktu dengan baik.

**JIKA BATU BESAR BUKAN PERTAMA KALI YANG KAMU MASUKKAN  
MAKA KAMU TIDAK AKAN PERNAH DAPAT MEMASUKKAN BATU**

BESAR ITU KEDALAM TOPLES TERSEBUT.

Ingatlah untuk selalu meletakkan batu-batu besar yang pertama atau kamu tidak akan pernah punya waktu untuk memperhatikannya. Jika kamu mendahulukan hal-hal kecil dalam prioritas waktumu maka kamu hanya memenuhi hidupmu dengan hal-hal yang kecil, kamu tidak akan punya waktu untuk melakukan hal-hal yang besar dan berharga dalam hidupmu.

**Pedoman diskusi:**

1. Apa yang kamu peroleh setelah melakukan permainan tadi ?
2. Apa yang membuat kamu bisa melakukan permainan tadi ?
3. Bagaimana perasaanmu setelah melakukan kegiatan permainan tadi?
4. Kesan tentang permainan tadi?

SATUAN LAYANAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SEKOLAH MENENGAH ATAS

7. Judul Layanan : Memahami Keadaan diri sendiri
8. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
9. Jenis Layanan : Layanan Informasi
10. Fungsi Layanan : Pemahaman
11. Komponen Program : Layanan Dasar
12. Tujuan Layanan : a. Siswa mampu memahami dirinya sendiri secara mendalam.
- b. Siswa mampu mengidentifikasi sikap, kelemahan, dan kekuatan pribadi secara lebih mendalam.
- c. Siswa dapat menerima keadaan dirinya.
7. Metode Layanan : Permainan Potret Diri
8. Sasaran Layanan : Siswa SMA kelas XII
9. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
10. Tanggal Pelaksanaan : Selasa, 26 Agustus 2014
11. Alokasi waktu : 1 x 45 menit
12. Alat dan Bahan : Pulpen, Kertas
13. Deskripsi Proses :
- a. Tahap Awal
- Pembukaan
  - Konselor membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka dan menanyakan kabar dan kondisi peserta didik
  - Konselor mengecek kehadiran peserta didik
- b. Tahap Inti
- Konselor melakukan apersepsi kepada siswa tentang peran mengapa kita harus memahami diri sendiri
  - Konselor menjelaskan secara singkat kepada siswa tentang memahami diri sendiri
  - Konselor mengajak siswa untuk mengikuti permainan
  - Konselor menjelaskan secara singkat mengenai langkah-langkah permainan.
  - Siswa melakukan permainan
- c. Tahap Pengakhiran/ Penutup
- Konselor menanyakan kepada siswa apakah mereka sudah paham mengenai materi yang sudah dijelaskan.
  - Konselor menanyakan kepada siswa apakah mereka memahami makna dari permainan tersebut.

- Konselor dan siswa menyampaikan kesimpulan terhadap pemecahan masalah
- Konselor menutup kegiatan layanan dengan salam penutup.

14. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

- Menilai pemahaman dan kemampuan siswa dalam memahami materi dan permainan yang diberikan
- Antusias siswa dalam menerima materi dan permainan
- Kemampuan siswa dapat menilai makna dari permainan ini
- Kemampuan siswa dapat memahami keadaan dirinya sendiri.

b. Evaluasi Proses

- Respon siswa antusias atau tidak ketika mengikuti proses layanan.
- Kehadiran siswa dan keaktifan siswa ketika proses layanan.

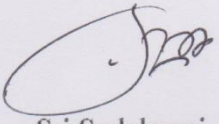
15. Tindak Lanjut : Konsultasi perorangan siswa dan/ atau konsultasi kelompok terkait dengan pemahaman diri sendiri.

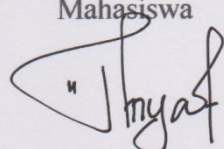
16. Referensi : 55 Games dalam Bimbingan dan Konseling  
<http://backtolost.blogspot.com/2010/03/cerdas-memahami-diri-sendiri-kecerdasan.html>

17. Anggaran Dana :-

18. Catatan :

Yogyakarta, 25 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
 Sri Sudalmani, S.Pd  
 NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
 NIM. 11104241009

## CERDAS MEMAHAMI DIRI SENDIRI

Apakah manfaat Kecerdasan Memahami Diri Sendiri untukmu?

- Kamu bisa menggunakannya untuk belajar dari kesalahan atau dari suksesmu di masa lalu, sehingga kamu bisa memanfaatkan inteligensimu yang lainnya dengan sebaik-baiknya.
- Kamu bisa menetapkan sasaran-sasaran masa depanmu.
- Kamu bisa memahami perasaan-perasaanmu dan mengekspresikannya dengan cara-cara yang sehat.

Pengenalan diri adalah sebuah tantangan berkesinambungan. Itu juga yang menjadikannya menyenangkan. Menegal diri adalah perkara menjelajahi siapa kamu: apa yang kamu suka, apa yang tidak kamu suka, apa yang kamu inginkan, apa yang kamu rasakan, apa yang kamu percayai, apa yang kamu bela, dan apa yang menurutmu bisa kamu berikan pada dunia.

Semua manusia, di setiap saat, senantiasa bertumbuh, mendapatkan pengalaman-pengalaman baru, mempelajari hal-hal baru dan terus berubah luar dan dalam. Pengenalan diri seperti ini membutuhkan waktu yang tidak singkat.

Pengenalan diri dimulai dengan evaluasi diri, yaitu introspeksi terhadap diri dan kehidupanmu. Ajukan pertanyaan-pertanyaan ini kepada dirimu:

1. Apa kualitas terbaikku?
2. Apa yang baik bagiku dan hal apa yang harus aku tingkatkan?
3. Apa harapan dan impianku?
4. Apa yang membuatku bahagia?
5. Apa yang ingin benar-benar aku pelajari?
6. Sasaran-sasaran jangka pendekku?
7. Sasaran-sasaran jangka panjang?
8. Apa yang telah kupelajari dari masa lalu?
9. Bagaimana perasaanku sekarang dan mengapa?
10. Bagaimana mengekspresikan perasaan-perasaanku?
11. Hal-hal apa yang aku percayai, mengapa?
12. Apa yang sungguh-sungguh kupedulikan, mengapa?
13. Siapa yang benar-benar penting bagiku, mengapa?
14. Adakah hal-hal yang ingin kuubah di dunia ini, atau di lingkunganku, atau dalam kehidupanku?

15. Apakah aku memperhatikan bagaimana perasaanku tentang berbagai hal, kegiatan, dan orang?

Orang yang cerdas memahami diri sendiri biasanya seorang yang mandiri. Mereka suka mengerjakan segalanya sendirian dan menikmati kesendirian mereka. Mandiri itu baik, karena itu berarti kamu menghargai pemikiran serta idemu sendiri. Tapi terkadang cara berpikir orang yang mandiri seperti itu bisa mengejutkan orang lain. Orang mungkin tidak langsung memahami kamu atau sasaran-sasaranmu. Tidak ada salahnya kalau impian dan sasaranmu berbeda dari orang lain. Kalau kamu mempunyai impian atau ide yang istimewa, perhatikan itu dan lihatlah ke mana itu membawamu. Yakinlah bahwa Kecerdasan Memahami Diri Sendiri akan membawamu ke berbagai tempat dalam kehidupanmu.

Apa yang sedang kamu rasakan saat ini? Aneh? Tidak bisa konsentrasi? Bersemangat? Khawatir? Atau yang lainnya. Indikator penting dari Kecerdasan Memahami Diri Sendiri adalah menyadari serta memahami perasaan-perasaanmu. Hal ini bisa membantumu merasa lebih baik dan lebih memahami segala yang terjadi dalam kehidupanmu. Memahami perasaanmu menjadikan kamu bisa menyikapinya dengan baik, sehingga perasaan yang positif (senang, sukses meraih sasaran) bisa kamu manfaatkan sebaik-baiknya dan perasaan yang negative menjadi lebih mudah ditangani.

Kalau kamu bisa memahami perasaanmu, kamu juga akan lebih bisa memahami perasaan sesamamu. Ketika kamu bertanya pada dirimu, “Bagaimana perasaanku seandainya hal ini terjadi padaku?”, kamu sedang menggunakan Kecerdasanmu Memahami Diri Sendiri untuk menunjukkan empati. Empati membantumu lebih damai dengan sesama.

Cara-cara Menyenangkan untuk Menjadi Lebih Cerdas Memahami Diri Sendiri :

- Tanyakan kepada diri sendiri, “Siapakah aku?” Di atas kertas, tuliskan “Siapakah aku?” Tuliskan jawaban sebanyak mungkin. Sebutkan kesukaan dan ketidak sukaanmu, hobi-hobimu, dan apapun yang muncul di benakmu. Jawablah sedetail mungkin. Pergunakanlah waktu selama yang kamu butuhkan, dan juga kertas sebanyak yang kamu butuhkan.
- Tuliskan jurnal. Tuliskan perasaan-perasaanmu, ide, kenangan, atau apa pun yang kamu pikirkan. Tuliskan puisi atau menggambarlah dalam jurnalmu jika

kamu mau. Ingatlah, itu adalah jurnalmu dan kamu tidak perlu menunjukkannya kepada siapa pun juga.

- Buatlah daftar hal-hal yang menjadi kemahiranmu. Lalu buatlah daftar hal-hal yang kamu mau menjadi kemahiranmu. Berdasarkan kedua daftar tersebut, buatlah sebuah daftar sasaran bagi dirimu.
- Tetapkanlah sasaran bagi dirimu sendiri. Pilihlah waktu yang teratur setiap harinya, setiap minggunya, atau setiap bulannya, untuk menetapkan sasaran-sasaran spesifik yang ingin kamu raih dalam kurun waktu tertentu. Tetapkanlah sasaran-sasaran yang yang bisa kamu upayakan. Kalau terlalu mudah, kamu tidak akan merasa berprestasi ketika meraihnya. Kalau terlalu sukar atau bahkan mustahil, kamu akan merasa frustrasi dan marah karena tidak mengalami kemajuan. Pada batas waktu yang telah kamu tetapkan, evaluasilah prestasmu dalam meraih sasaran-sasaran tersebut, lalu tetapkanlah sasaran-sasaran baru.
- Susunlah otobiografimu. Tulis atau ciptakan kisah kehidupanmu. Kamu bisa menggunakan gambar, lukisan, music, atau menulis serta mempertunjukkan drama atau menciptakan komik.
- Ciptakan collage diri. Gunakan gambar-gambar dari majalah, foto, atau bahan-bahan seni seperti spidol atau bahan mengkilap untuk menciptakan collage yang mengekspresikan siapa kamu. Kamu bisa menempelkan berbagai objek pada collage-mu, seperti manic-manik, bulu, atau mobil-mobilan dan menjadikan collage-mu 3-D. collage-mu bisa mencakup gambar orang, benda, atau kegiatan yang kamu sukai, atau gambar serta objek dari apa yang kamu ingin perbuat di masa depan atau amal yang penting bagimu. Kemungkinannya tiada batasnya, sama seperti dirimu!
- Ingatlah mimpi-mimpimu.
- Renungkan harimu. Di akhir setiap hari, renungkanlah hal-hal besar yang terjadi, apa saja yang tidak berjalan lancar apa saja yang kamu pelajari, bagaimana kamu bisa meningkatkan segalanya di masa depan. Tulislah tiga hal yang kamu syukuri atau yang membuatmu senang hari itu.
- Belajarlah bermeditasi.
- Periksalah “kotak peralatan” Kecerdasan Memahami Diri Sendiri. Buatlah daftar ‘peralatan’ yang kamu punyai untuk membantumu ketika menghadapi masalah serta penyebab stress. (Lihat uraian sebelumnya tentang peralatan untuk membantumu memahami perasaan-perasaanmu).

- Bacalah buku-buku pengembangan diri. Banyak buku-buku tentang orang-orang yang Cerdas Memahami Diri Sendiri, yang melakukan hal-hal penting berkat kekuatan kepercayaan pribadi mereka. Buku-buku ini bisa mencakup tulisan atau biografi orang-orang seperti Mahatma Gandhi, Martin Luther King, Rosa Parks, Gloria Steinem, atau Eleanor Roosevelt.
- Lakukanlah sesuatu yang kamu cintai. Luangkan waktu setiap harinya atau setiap minggunya untuk melakukan sesuatu yang kamu cintai. Entah hobi, bekerja sukarela untuk amal yang kamu pedulikan, atau mempelajari hal-hal baru yang mengundang rasa ingin tahumu.
- Lakukan sesuatu yang penting bagimu. Mungkin kamu bisa menemukan sesuatu untuk memecahkan masalah umum, atau mungkin kamu bisa memulai suatu bisnis berdasarkan salah satu idea tau penemuanmu. Atau mungkin kamu bisa menemukan persoalan yang kamu pedulikan –orang-orang yang tidak mempunyai tempat tinggal, orang-orang yang buta huruf- dan mengupayakan perubahan secara local maupun global dengan bekerja sukarela, membuat petisi atau membangun situs web untuk hal-hal yang kamu pedulikan.

**SATUAN LAYANAN**  
**BIMBINGAN DAN KONSELING**

- A. Judul layanan : Memecahkan masalah
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi dan sosial
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan pengembangan
- D. Jenis Layanan : Layanan dasar
- E. Kompetensi yang ingin dicapai :  
Siswa mampu memecahkan masalah dan menemukan solusi – solusi alternatif bagi dirinya.
- F. Tujuan Layanan :  
a. Siswa menemukan solusi – solusi alternatif dari masalahnya  
b. Siswa menerapkan solusi tersebut
- G. Metode layanan : Permainan (games)
- H. Sasaran : Kelas X SMA N 2 Bantul
- I. Alokasi Waktu : 1 x 40 Menit
- J. Tempat & Tgl Layanan : Ruang Kelas / Agustus 2014
- K. Alat dan Bahan : Alat Tulis, Koran Bekas
- L. Penyelenggara : Mahasiswa praktikan
- M. Deskripsi Proses :

<b>TAHAP</b>	<b>KEGIATAN</b>	<b>ESTIMASI WAKTU</b>
Pembukaan	Orientasi Kegiatan (apersepsi)	
	a. Salam pembuka	
	b. Berdoa	<i>1x10 Menit</i>
	c. Perkenalan	
Penyampaian Materi Layanan	d. Presensi siswa	
	1. Pembimbing menyampaikan dan menjelaskan tentang permainan yang akan dilakukan.	<i>1 x 25 Menit</i>
	2. Pembimbing membagikan selebar koran bekas kepada	

masing – masing siswa.

3. Pembimbing meminta peserta untuk membuat selebar kertas tersebut menembus diri sendiri peserta dari atas kepala hingga bawah kaki.
4. Pembimbing berinteraksi dengan siswa melalui sesi tanya jawab mengenai pemahaman siswa terkait dengan permainan tersebut.

*Penutup*

1. *Pembimbing menyampaikan kesimpulan dan merefleksikan pelaksanaan kegiatan*
2. *Ucapan terimakasih, berdoa dan salam penutup*

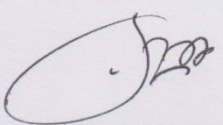
*1 x 5 Menit*

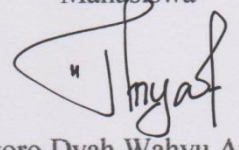
N. Rencana Tindak Lanjut : *Konseling Individual*

O. Referensi : - Suwarjo dan Eva Imania. 2010. *55 Permainan (Games) dalam Bimbingan dan Konseling*. Paramitra : Yogyakarta.

- <http://akhmadfarhan.wordpress.com/2012/02/26/cara-memecahkan-masalah/>

Yogyakarta, 25 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

## MATERI

Setiap orang pasti punya masalah. Itu sudah pasti karena masalah memang menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Masalah adalah kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Tidak semua yang kita inginkan bisa kita dapatkan pada waktunya. Terkadang keinginan itu terlambat jadi kenyataan bahkan tidak pernah terealisasi sama sekali.

Masalah apapun bentuknya, besar atau kecil, berat atau ringan bisa dipecahkan. Cara memecahkan masalah atau bahasa kerennya *problem solving* memiliki beberapa tahapan diantaranya yaitu:

### 1. Identifikasi Masalah

Buatlah deskripsi apa yang sebenarnya terjadi. Tulislah situasi dan kondisi sekarang yang menurut kita itu adalah sebuah masalah. Cobalah tanyakan dalam diri, apakah ini benar-benar sebuah masalah atau hanya kita sendiri yang mengada-adakan dan membesar-besarkan persoalan. Sesuatu yang sepele sering dianggap masalah itu yang sering terjadi.

Lihatlah apakah masalah ini akan berpengaruh terhadap diri kita atau tidak. Terus pengaruhnya apa. Semakin besar dampak masalah buat diri kita berarti masalah itu harus diprioritaskan. Masalah yang berdampak jangka panjang juga mesti diperhatikan. Tanpa disadari kita “memelihara” masalah karena efeknya belum terasa saat ini. Ada kebiasaan yang kita anggap hal biasa padahal bisa jadi masalah di masa yang akan datang. Misalnya merokok.

### 2. Cari Akar Masalah

Apa yang nampak di permukaan belum tentu sama dengan apa yang ada di dalam. Kita harus mencari sumber atau asal permasalahan yang sudah kita identifikasikan di langkah pertama tadi. Misalnya kulit kita gatal karena digigit nyamuk. Masalah yang nampak adalah rasa gatal. Solusi yang diambil mungkin hanya dengan mengoleskan salep anti gatal. Nyamuknya akan terus berkeliaran dan mungkin akan menggigit lagi. Jika kita tahu akar masalahnya, nyamuknya juga harus diberantas.

Begitu juga dengan permasalahan yang kita alami. Diuraikan dulu dengan jelas, ditelusuri hingga ditemukan sumbernya. Jika kita sudah bisa mengidentifikasi dan menemukan akar masalah, 50% permasalahan kita sudah bisa dianggap selesai. Tentu saja proses ini tidak mudah dilakukan. Perlu waktu dan kejernihan berpikir agar bisa obyektif dalam menilai permasalahan.

### 3. Buat Alternatif Pemecahan Masalah

Setelah tahu masalah apa yang sebenarnya terjadi dan sumbernya darimana,

buatlah beberapa alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan. Tulislah cara-cara pemecahan masalah itu dengan tahapan-tahapannya. Apa saja langkah yang perlu diambil agar masalah tersebut bisa terselesaikan. Jangan lupa tuliskan juga resiko, waktu yang harus ditempuh dan tingkat kesulitannya.

Susunlah alternatif pemecahan masalah itu sesuai dengan urutan. Cara penyelesaian yang paling kecil resikonya, waktunya sedikit dan mudah dilaksanakan ditaruh di urutan pertama. Begitu terus diurutkan hingga yang terakhir. Jika masalah kita berhubungan dengan orang lain, usahakan bisa win-win solution. Jika tidak bisa sama-sama menang, pilihlah yang resikonya paling kecil.

#### 4. Pemecahan Laksanakan pilihan terbaik dari alternatif masalah

Pilihlah satu alternatif pemecahan masalah yang sudah kita susun. Laksanakan pilihan tersebut. Selesaikan masalah dengan tuntas. Jangan sampai kita menyelesaikan masalah tapi menimbulkan masalah baru. Kita harus meniru slogan salah satu perusahaan BUMN yaitu “menyelesaikan masalah tanpa masalah”.

Terkadang ada resiko yang harus kita terima ketika ingin menyelesaikan masalah. Siapkan diri menerima resiko tersebut jika mau masalah kita selesai dengan tuntas. Resiko tak bisa dihindari tapi harus dihadapi. Entah resiko itu berupa dimusuhi dan dijauhi oleh teman atau bahkan harus pindah dari lingkungan. Misalnya ada seorang remaja yang menjadi pengguna narkoba karena terpengaruh teman-teman dan lingkungannya. Salah satu solusinya adalah dia harus menjauhi mereka. Jika perlu pindah ke tempat lain yang lebih kondusif.

## **PERMAINAN**

- **Menembus Kertas. Magic or Real?**

Peralatan : Koran Bekas di potong ukuran A4 sebanyak jumlah siswa

- **Teknis Permainan :**

- a. Pembimbing membagikan selemba koran bekas kepada lima siswa
- b. Pembimbing meminta peserta untuk membuat selemba kertas tersebut menembus lima peserta dari atas kepala hingga bawah kaki.
- c. Syarat :

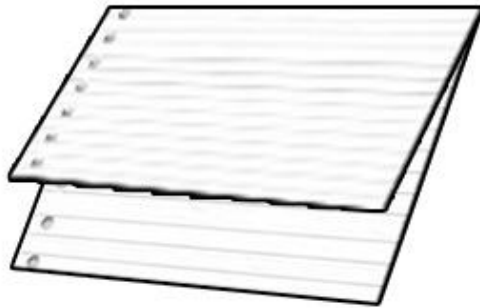
- Terserah bagaimana caranya (lubangi kertas, robek, lipat atau sebagainya) tetapi hasil akhir dari kertas tersebut harus saling tersambung
- Sambungan tersebut tidak boleh menggunakan alat bantu, misal : selotip, Staples dll.

- **Solusi**

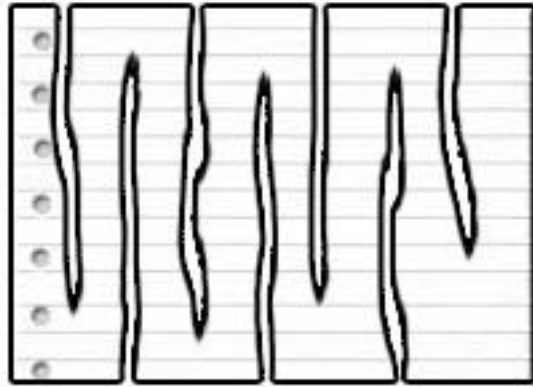
**Selembbar kertas**



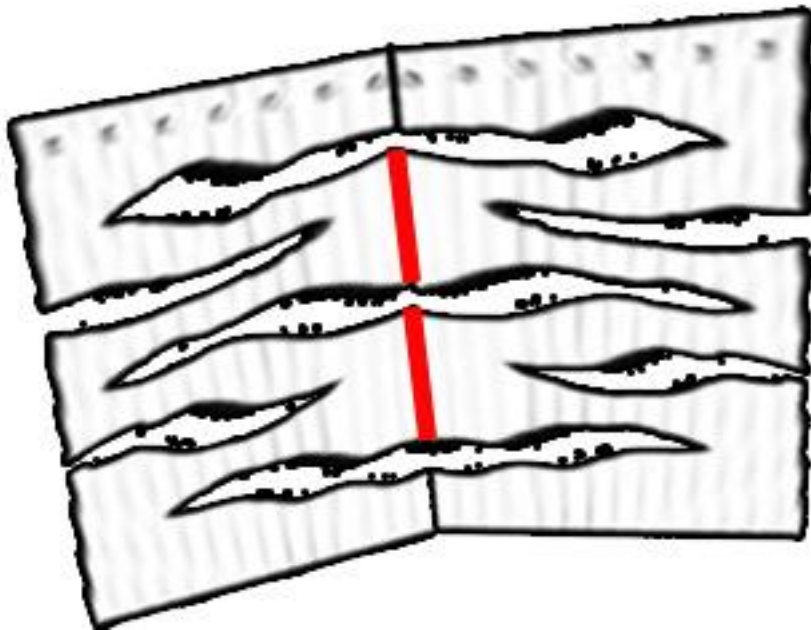
**Lipat kertas**



Sobek / Gunting kertas secara bolak balik



Lalu bagian tengah yang masih berhubungan di sobek / digunting dan hasilnya bisa untuk menembus diri dari kepala sampai ke kaki



## SATUAN LAYANAN ( SATLAN)

### BIMBINGAN DAN KONSELING

#### SMA N 2 BANTUL

- A. Topik Pembahasan : Meningkatkan motivasi belajar siswa
- B. Jenis Layanan : Pemahaman dan Pengembangan
- C. Fungsi Layanan : Informasi dan pemahaman
- D. Bidang Bimbingan : Bimbingan Belajar
- E. Tujuan yang Ingin Dicapai : Agar seluruh siswa dapat memiliki pemahaman tentang motivasi dalam belajar.
- F. Tujuan Layanan :
1. Agar siswa kelas dapat menyebutkan pengertian motivasi belajar.
  2. Agar para siswa dapat mengembangkan motivasi diri, mampu memahami arti penting belajar dan motivasi belajar dan mampu menyebutkan cara memotivasi dalam belajar.
  3. Agar para siswa dapat belajar dengan baik dan menguasai pelajaran di kelas.
- G. Sasaran Layanan : Siswa SMA N 2 Bantul
- H. Metode Layanan : Diskusi dan Video
- I. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- J. Tanggal Pelaksanaan : Sabtu, 9 Agustus 2014
- K. Alokasi Waktu : 1 x 45 menit
- L. Alat dan Bahan : Laptop, LCD, Speaker
- M. Deskripsi Proses :
- a. Tahap Awal
    - Pembukaan
    - Konselor membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka dan menanyakan kabar dan kondisi peserta didik
    - Konselor mengecek kehadiran peserta didik
  - b. Tahap Inti
    - Konselor melakukan apersepsi kepada siswa tentang motivasi belajar
    - Konselor menjelaskan secara singkat kepada siswa tentang motivasi belajar
    - Konselor memutar video
    - Konselor menanyakan kepada siswa apa makna video yang sudah di putarkan
  - c. Tahap Pengakhiran/ Penutup
    - Konselor menanyakan kepada siswa apakah mereka sudah paham mengenai materi yang sudah dijelaskan.

- Konselor menanyakan kepada siswa apakah mereka memahami makna dari video tersebut.
- Konselor dan siswa menyampaikan kesimpulan terhadap pemecahan masalah
- Konselor menutup kegiatan layanan dengan salam penutup

N. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

- Menilai pemahaman dan kemampuan siswa dalam memahami materi dan video yang diberikan
- Antusias siswa dalam menerima materi
- Kemampuan siswa dapat menilai makna dari video ini
- Kemampuan siswa dapat memotivasi belajarnya

b. Evaluasi Proses

- Respon siswa antusias atau tidak ketika mengikuti proses layanan.
- Kehadiran siswa dan keaktifan siswa ketika proses layanan.

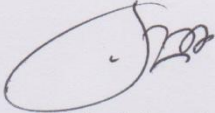
O. Tindak Lanjut : Konsultasi perorangan siswa dan/ atau konsultasi kelompok terkait dengan motivasi belajar.

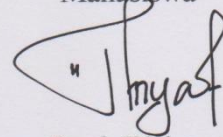
P. Referensi : <http://belajarpsikologi.com/pengertian-motivasi-belajar/>

Q. Anggaran Dana : -

R. Catatan :

Yogyakarta, 9 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
 Sri Sudalmani, S.Pd  
 NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
 NIM. 11104241009

## MATERI LAYANAN

Siswa di sekolah tentunya memerlukan perhatian khusus dari gurunya. Harus merata dan tidak pilih kasih. Seorang guru memberikan perhatian tidak hanya di dalam kelas saja tetapi baik di sekolah maupun di luar sekolah. Perlunya perhatian seorang guru kepada muridnya agar siswa dapat nyaman beraktivitas di sekolah, menganggap sekolah adalah rumah keduanya. Hal itulah salah satu yang membuat siswa merasa betah, senang, dan bisa meningkatkan gairah untuk terus belajar di sekolah. Jangan sampai sekolah menjadi momok bagi mereka, hal itu akan menjadikan mereka enggan dan membenci sekolah, yang mana seharusnya telah menjadi tempat mereka menuntut ilmu.

Salah satu cara memberikan perhatian kepada siswa, yaitu dengan memberikan motivasi positif atau menyampaikan argumen-argumen yang membangun semangat belajar. Motivasi sangatlah penting dalam menumbuhkan rasa percaya diri, semangat belajar, bersosialisasi yang baik, dan sebagainya. Bagi guru, penyampaian motivasi menjadi penting dilakukan, khususnya di sekolah agar siswa lebih tertarik untuk tetap mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Tentu keterampilan penyampaian motivasi perlu dimiliki oleh semua guru. Karena memperkuat motivasi belajar jelas termasuk tugas pengajar.

Motivasi berasal dari kata Inggris *motivation* yang berarti dorongan, pengalasan dan motivasi. Dalam kegiatan belajar mengajar dikenal dengan istilah motivasi belajar, yaitu motivasi yang diterapkan dalam kegiatan belajar. Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikis dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan belajar itu demi mencapai satu tujuan (Winskel, 1987).

Motivasi belajar memegang peranan penting dalam memberikan gairah, semangat dan rasa senang dalam belajar sehingga yang mempunyai motivasi tinggi mempunyai energi yang banyak untuk melaksanakan kegiatan belajar. Siswa mempunyai motivasi tinggi sangat sedikit yang tertinggal belajarnya dan sangat sedikit pula kesalahan dalam belajarnya (Palardi, 1975)

Ada beberapa ciri siswa yang mempunyai motivasi belajar yang tinggi. Ini dapat dikenali melalui proses belajar mengajar di kelas sebagaimana dikemukakan Brown (1981) sebagai berikut:

1. Tertarik kepada guru, artinya membenci atau bersikap acuh tak acuh;
2. tertarik pada mata pelajaran yang diajarkan;
3. mempunyai antusias yang tinggi serta mengendalikan perhatiannya terutama kepada guru;
4. ingin selalu bergabung dalam kelompok kelas;
5. ingin identitasnya diakui oleh orang lain;
6. tindakan, kebiasaan dan moralnya selalu dalam kontrol diri;
7. selalu mengingat pelajaran dan mempelajarinya kembali;
8. dan selalu terkontrol oleh lingkungannya.

Sardiman (1986) mengemukakan bahwa ciri-ciri motivasi yang ada pada diri seseorang adalah:

1. tekun dalam menghadapi tugas atau dapat bekerja secara terus menerus dalam waktu lama;
2. ulet menghadapi kesulitan dan tidak mudah putus asa, tidak cepat puas atas prestasi yang diperoleh;
3. menunjukkan minat yang besar terhadap bermacam-macam masalah belajar;
4. lebih suka bekerja sendiri dan tidak bergantung kepada orang lain;
5. tidak cepat bosan dengan tugas-tugas rutin;
6. dapat mempertahankan pendapatnya;
7. tidak mudah melepaskan apa yang diyakini; senang mencari dan memecahkan masalah.

Beberapa upaya yang dapat ditempuh untuk memotivasi siswa agar belajar adalah:

1. Kenalkan siswa pada kemampuan yang ada pada dirinya sendiri.
2. Bantulah siswa untuk merumuskan tujuan belajarnya.
3. Tunjukkan kegiatan-kegiatan atau aktivitas-aktivitas yang dapat mengarahkan bagi pencapaian tujuan belajar.
4. Kenalkanlah siswa dengan hal-hal yang baru.
5. Buatlah variasi-variasi dalam kegiatan belajar mengajar, supaya siswa tidak bosan.
6. Adakan evaluasi terhadap kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh siswa.
7. Berikan umpan balik terhadap tugas-tugas yang diberikan dan evaluasi yang telah dilakukan.

*Motivasi adalah kekuatan tersembunyi di dalam diri kita, yang mendorong kita untuk berkelakuan dan bertindak dengan cara yang khas. Kadang kekuatan itu berpangkal pada naluri, kadang pula berpangkal pada suatu keputusan rasional; tetapi lebih sering lagi hal itu merupakan perpaduan dari kedua proses tersebut*

**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

- A. Judul Layanan : Pentingnya Menjalin Hubungan Pertemanan
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Sosial
- C. Fungsi Layanan : Pemeliharaan
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan :
- Agar siswa dapat mengetahui pentingnya menjalin hubungan pertemanan
  - Menumbuhkan serta meningkatkan kepekaan untuk menjalin hubungan pertemanan
- F. Metode Layanan : Games dan diskusi
- G. Sasaran Layanan : Kelas XII SMA Negeri 2 Bantul
- H. Hari/Tanggal Pelaksanaan : Sabtu, 22 Agustus 2014
- I. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- J. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- K. Alat dan Bahan : LCD, Laptop, dan alat tulis.
- L. Deskripsi Proses :

NO	Tahap	Uraian Layanan	Waktu
1.	Pendahuluan	<p>a. Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti LCD, Laptop, dsb</p> <p>b. Pembukaan :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembimbing membuka kegiatan layanan dan menanyakan kondisi siswa</li> <li>• Pembimbing mengecek kehadiran siswa</li> <li>• Pembimbing memberikan pengantar singkat tentang rencana kegiatan hari ini</li> </ul>	5 menit
2.	Inti	<p>a. Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembimbing melakukan</li> </ul>	5 menit

tanya jawab kepada siswa mengenai pengertian pentingnya menjalin hubungan pertemanan yang baik

b. Elaborasi 15 menit

- Pembimbing memberikan materi mengenai pentingnya menjalin hubungan pertemanan dan tips menjalin hubungan pertemanan yang efisien dengan menampilkan slide powerpoint
- Pembimbing memberikan games berupa “how about me?”

c. Konfirmasi 10 menit

- Pembimbing memberikan masukan berupa penguatan atas materi apa yang diberikan agar semakin jelas mengenai pentingnya menjalin hubungan pertemanan

3 Penutup

- Pembimbing dan siswa bersama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan yang telah berlangsung dan di selingi dengan video clip sebagai relaksasi pertemanan
- Pembimbing menutup kegiatan layanan dengan salam penutup

M. Evaluasi

: 1. Evaluasi Proses

Mengamati perhatian, respon dan aktifitas siswa saat kegiatan layanan berlangsung

2. Evaluasi Hasil

Laiseg

Memberikan pertanyaan lisan kepada siswa untuk mengetahui pemahaman terhadap materi yang diberikan

Laijapen

Memantau perkembangan siswa berkaitan dengan arti penting sebuah petemanan

Laijapang

Melakukan interview pada siswa dalam jangka waktu kurang lebih 1 bulan untuk menilai pemeliharaan Menjalin Hubungan Pertemanan

N. Tindak Lanjut

: Bimbingan Kelompok

O. Referensi

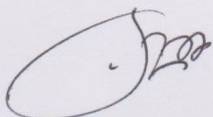
: <http://jejakicai.blog.com/2012/05/08/menjalin-pertemanan/>

<http://tyaz25.wordpress.com/2010/09/29/berteman-dengan-stres/>

<http://tyaz25.wordpress.com/2010/09/29/berteman-dengan-stres/>

Yogyakarta, 22 Agustus 2014

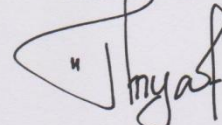
Guru Pembimbing



Sri Sudalmani, S.Pd

NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa



Anggoro Dyah Wahyu Andiyati

NIM. 11104241009

## **Materi**

*Kalau kau ingin dicintai, mencintailah, dan jadilah orang mudah dicintai*

*-Benyamin Franklin-*

Manusia adalah makhluk sosial. Karena itu, manusia perlu dan harus berhubungan dengan manusia lainnya. Jangankan dengan sesama manusia, dengan hewan dan tumbuhan pun manusia harus berhubungan. Tentunya, hubungan tersebut disesuaikan dengan situasi dan kondisi serta dengan siapa kita berhubungan. Sebabnya, adalah agar kita dapat membina hubungan tersebut dengan baik. Dengan orang yang lebih tua dari kita, dengan sesama kita, atau dengan yang lebih muda dengan kita tentu berbeda cara berhubungannya. Berhubungan dengan pejabat Negara tentu berbeda dengan cara kita berhubungan dengan petani dan nelayan. Semua itu dimaksudkan agar hubungan yang kita jalin dapat berjalan dengan baik.

Berhubungan dengan orang lain harus juga memperhatikan beberapa hal. Hal tersebut diantaranya adalah, *pertama*. Kita harus mampu mengidentifikasi kepada siapa kita berhubungan. Apakah mereka memberikan energi positif atau bahkan energi negatif bagi kita. Ini penting agar hubungan yang kita bina memberikan manfaat yang sebesar-besarnya bagi kita.

*Kedua*. Menemukan kembali cara berhubungan dengan keluarga atau teman yang selama ini terabaikan. Keluarga merupakan unsur yang penting dalam hidup kita. Entah itu keluarga dekat atau bahkan mereka yang berada jauh dari kita. Mereka harus dihubungi kembali untuk mengikat tali persaudaraan. Seringkali, karena alasan sibuk dan sebagainya, kita melupakan saudara kita. Segera hubungi dan eratkan kembali persaudaraan kita. Hubungan dengan teman juga perlu dipupuk kembali. Entah itu hubungan yang sudah erat dan dekat atau yang berada nun jauh disana. Teman-teman itu merupakan asset bagi kita dalam memberikan bantuan ketika diperlukan. Selain itu, teman merupakan kerabat jauh yang harus didekatkan agar memberikan manfaat besar kita dan teman kita.

*Ketiga*. Membentuk hubungan baru. Kita tidak pernah tahu nasib apa yang akan kita jalani pada masa-masa yang akan datang. Dengan semakin banyaknya teman diharapkan memudahkan kita dalam menjalani kehidupan ini. Untuk itu, kita harus mau berusaha untuk menambah teman setiap hari. Selanjutnya kita bina hubungan dengan mereka dengan saling member kabar. Mereka yang baru kita kinal mungkin memiliki apa yang tidak kita miliki. Atau mereka tidak memiliki apa yang kita miliki. Dengan demikian, hubungan timbale balik antara kita dengan teman baru kita akan semakin intens.

Ketiga hal diatas apabila didasari dengan cinta akan memberikan harapan bagi masa depan kita. Sebagai ungkapan Benyamin Franklin diatas, kalau kita ingin cintai, maka mencintailah, dan jadilah orang mudah untuk dicintai. Artinya, kita harus mau menerima siapa saja teman kita dengan segala kekurangan dan kelebihanannya, serta mencintai mereka dengan tulus dan ikhlas.

### **Cara pengaktifan diri dalam menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya**

Cara agar individu dapat aktif dalam menjalin hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, antara lain:

1. Mendahulukan diri untuk menyapa teman

Menyapa bukanlah sesuatu hal yang sulit untuk dilakukan, tetapi bukan juga sesuatu hal yang mudah dilakukan. Karena tidak sedikit orang yang enggan untuk menyapa dikarenakan beberapa sebab, antara lain malas dan malu. Menghilangkan malu dan malas menyapa merupakan langkah awal pengaktifan diri dalam menjalin hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya. Kedua hal tersebut baiknya dihilangkan agar individu dapat aktif dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya.

2. Bertutur kata yang baik dan sopan, jangan sampai menyakiti hati atau perasaan teman

Adalah sangat penting dalam menjalin hubungan sosial apabila dapat saling menjaga hati atau perasaan lawan bicara, karena dengan demikian akan tercipta hubungan yang harmonis.

3. Tidak segan meminta ataupun menawarkan bantuan terhadap teman.

Ketika seseorang mengalami kesulitan, hendaknya tidak segan untuk meminta bantuan kepada teman karena teman akan merasa kita hargai. Sebaliknya seseorang juga hendaknya tidak segan untuk menawarkan bantuan kepada teman bila teman ada yang mengalami kesulitan.

Menjalin pertemanan juga memiliki berbagai keuntungan. Berikut ini merupakan keuntungannya:

1. **Menyehatkan hati**, salah satu guna bersosialisasi adalah meningkatkan sistem jaringan hati. Secara psikis atau kejiwaan, punya teman banyak menandakan diri bisa diterima di pergaulan. Ini bisa membuat percaya diri. Keadaan ini membuat hati stabil dan membuat umur lebih panjang.

2. **Meringankan beban**, dengan berteman, apalagi punya teman dekat, bisa curhat atau membuang unek-unek pikiran, beban pikiran yang bikin stres dan BT pun hilang. Hati jadi terasa lebih *enteng*. Kalau beban pikiran rajin ditimbun, akibatnya hati bisa dongkol dan jengkel. Yang punya penyakit maag, lambung bisa ikut-ikutan kumat, depresi. Stres juga bisa berdampak ke fisik, bisa terkena psikomatis (penyakit karena tekanan psikis).
3. **Menyamakan situasi**, kalau bisa kontak atau komunikasi dengan orang banyak memang asyik. Ini membuat suasana hati jadi nyaman. Bayangkan kalau punya musuh, dunia terasa sempit karena menghindari dia. Dimana dia berada, kita jadi tidak mau ke tempat di mana musuh kita berada. Bandingkan kalau tidak punya musuh ke mana saja tidak dibenci, malah bisa diterima.
4. **Menambah pengalaman**, berkomunikasi dengan teman bisa menambah pengalaman. Apalagi kalau sering dapat kenalan orang-orang baru. Makin banyak dari berbagai kalangan, makin luas cakrawala yang dimilikinya. Sekarang berteman tidak kenal batas, bisa lewat *chatting* di internet atau *e-mail*.

Mengajar berorganisasi, biasanya di antara teman dekat ada yang “diangkat” jadi pimpinan. Dari sini bisa belajar berorganisasi, meski dalam skala kecil mengatur beberapa teman.

Menyatukan perbedaan, Kalau lagi ngobrol dengan teman, satu-dua kali akan menghadapi perbedaan. Tapi perbedaan ini bukan untuk dihindari atau didiamkan saja, justru perbedaan membuat jadi lebih dewasa. Dengan Perbedaan bisa mengukur kapan harus memprioritaskan kepentingan sendiri dan kapan mendahulukan kepentingan teman. Kalau bisa dan biasa menerima perbedaan secara tidak langsung meminimalkan untuk tidak menjadi egois.

Memberikan perlindungan, mempunyai teman membuat diri kita merasa terlindungi, kalau ada masalah bisa curhat, kalau ada kesulitan bisa minta tolong. Keadaan ini membuat terlindungi dan merasa jadi nyaman. Dan tidak khawatir menghadapi apapun.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SEKOLAH MENENGAH ATAS

- A. Judul Layanan : Kenakalan Remaja  
 B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Sosial  
 C. Fungsi layanan : Pemahaman, preventif  
 D. Komponen Program : Layanan dasar/bimbingan klasikal  
 E. Tujuan Layanan : Mencegah kenakalan remaja  
 F. Metode Layanan : Diskusi, video pendek  
 G. Sasaran : Siswa SMA N 2 Bantul  
 H. Hari/tanggal pelaksanaan : Kamis, 28 Agustus 2014  
 I. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas  
 J. Alokasi Waktu : 1 X 45 menit  
 K. Alat dan Bahan : diskusi, laptop, LCD proyektor  
 L. Deskripsi Proses :

No.	Tahapan	Uraian Layanan	Waktu
1	Pendahuluan	a. Pembimbingan melakukan persiapan, menyiapkan materi dan alat permainan <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Pembukaan</li> <li>2) Pembimbing membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka dan menanyakan kondisi/kabar peserta didik.</li> <li>3) Pembimbing mengecek daftar hadir peserta didik</li> </ol> b. Apersepsi <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Pembimbing menanyakan kepada peserta didik mengenai materi layanan yaitu tawuran (pencegahan)</li> <li>2) Pembimbing mengaitkan jawaban-jawaban peserta didik dengan materi layanan.</li> </ol>	

- 2     Inti
- a. Eksplorasi
    - 1) Pembimbing memberi penjelasan dan pemahaman mengenai materi “kenakalan remaja” (sambil diskusi interaktif)
    - 2) Pembimbing menjelaskan apa saja yang menjadi penyebab kenakalan remaja. (sambil diskusi interaktif)
    - 3) Pembimbing mengajak peserta menonton video pendek.
  - b. Elaborasi
    - 1) Pembimbing melakukan refleksi
    - 2) Pembimbing memberi tips cara mengatasi kenakalan remaja.
  - c. Konfirmasi
    - 1) Pembimbing menanyakan kepada peserta didik tentang pemahaman mengenai mencegah tawuran
- 3     Penutup
- a. Pembimbing dan peserta didik menyimpulkan jalannya layanan bimbingan.
  - b. Pembimbing menutup kegiatan layanan.

M. Evaluasi :

1. Evaluasi hasil

- a. Pemahaman peserta didik mengenai layanan tentang “dampak kenakalan remaja”
- b. Sikap peserta didik dalam penerimaan layanan, antusiasme dalam menerima materi.

c. Mengamati perilaku peserta didik dalam mengikuti arahan pembimbing.

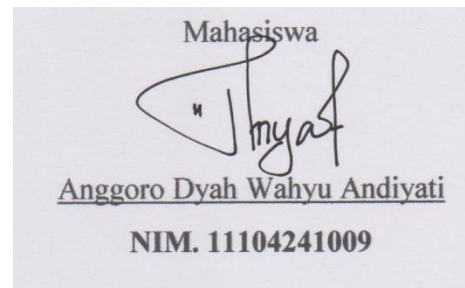
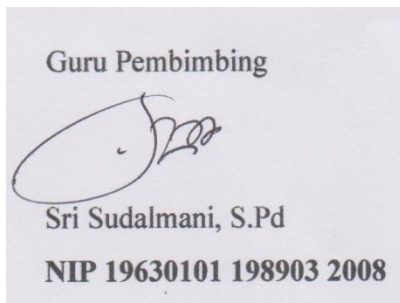
2. Evaluasi proses

- a. Kesesuaian program dengan jadwal
- b. Respon peserta didik mengenai tingkat keantusiasan dalam mengikuti proses layanan
- c. Kehadiran dan keaktifan siswa ketika proses layanan
- d. Ketersediaan sarana dan prasarana

N. Tindak lanjut : Konsultasi perorangan siswa dan/ atau konsultasi kelompok terkait dengan kenakalan remaja.

O. Referensi : - [http://id.wikipedia.org/wiki/Kenakalan\\_remaja](http://id.wikipedia.org/wiki/Kenakalan_remaja)  
- <http://salingberbaginfo.blogspot.com/>  
- <http://senyumsmill.blogspot.com/2012/10/dampak-kenakalan-remaja.html>

Yogyakarta, 27 Agustus 2015



## MATERI

### A. Kenakalan Remaja

Kenakalan remaja adalah suatu perbuatan yang melanggar [norma](#), [aturan](#), atau [hukum](#) dalam masyarakat yang dilakukan pada usia [remaja](#) atau transisi masa [anak-anak](#) ke [dewasa](#).

### B. Faktor Penyebab

Faktor-faktor penyebab kenakalan remaja:

- reaksi frustrasi diri
- gangguan berpikir dan intelegensia pada diri remaja
- kurangnya kasih sayang orang tua / keluarga
- kurangnya pengawasan dari orang tua
- dampak negatif dari perkembangan teknologi modern
- dasar-dasar agama yang kurang.
- tidak adanya media penyalur bakat/hobi
- masalah yang dipendam
- keluarga broken home
- pengaruh kawan sepermainan
- dll

### C. Jenis-jenis Kenakalan Remaja

- Penyalahgunaan narkoba
- Seks bebas
- Tawuran antar pelajar

### D. Mengatasi Kenakalan Remaja

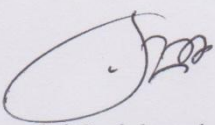
Hal-hal yang bisa dilakukan cara mengatasi kenakalan remaja :

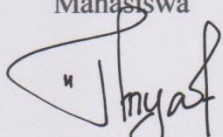
1. Kegagalan mencapai identitas peran dan lemahnya kontrol diri bisa dicegah atau diatasi dengan prinsip keteladanan. Remaja harus bisa mendapatkan sebanyak mungkin figur orang-orang dewasa yang telah melampaui masa remajanya dengan baik juga mereka yang berhasil memperbaiki diri setelah sebelumnya gagal pada tahap ini.
2. Adanya motivasi dari keluarga, guru, teman sebaya untuk melakukan point pertama.
3. Kemauan orangtua untuk membenahi kondisi keluarga sehingga tercipta keluarga yang harmonis, komunikatif, dan nyaman bagi remaja.
4. Remaja pandai memilih teman dan lingkungan yang baik serta orangtua memberi arahan dengan siapa dan di komunitas mana remaja harus bergaul.
5. Remaja membentuk ketahanan diri agar tidak mudah terpengaruh jika ternyata teman sebaya atau komunitas yang ada tidak sesuai dengan harapan.

**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SMA N 2 BANTUL**

- A. Judul Materi : 5 Cara Memilih Perguruan Tinggi agar Sukses
- B. Bidang Bimbingan : Karir
- C. Fungsi Layanan : Pencegahan
- D. Komponen Program : Layanan Informasi
- E. Tujuan Layanan : a. Siswa dapat memilih perguruan tinggi sesuai dengan cita-citanya  
b. Siswa dapat mengetahui cara-cara memilih perguruan tinggi.
- F. Metode Layanan : Bimbingan tidak langsung
- G. Sasaran : Siswa kelas XII IPA 1
- H. Hari, tanggal : Sabtu, 29 Agustus 2014
- I. Tempat : Ruang Kelas
- J. Alokasi Waktu : 1 bulan
- K. Alat dan Bahan : Leaflet
- L. Deskripsi Proses : Konselor melakukan bimbingan secara tidak langsung kepada siswa. Bimbingan dilakukan dengan pembuatan leaflet yang selanjutnya disebarakan kepada siswa agar siswa dapat membaca dan mengambil unsur informasi yang ada di dalam leaflet tersebut.
- M. Evaluasi : Siswa dapat lebih menyiapkan atau merencanakan masa depannya untuk memilih perguruan tinggi yang diinginkan.
- N. Rencana Tindak Lanjut : Memberikan layanan konsultasi dan konseling kepada individu yang mengalami permasalahan dan kendala terkait kesulitan dalam memilih jurusan di perguruan tinggi.
- O. Referensi : <http://pendidikansekolah.web.id>

Yogyakarta, 29 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

## 5 Cara memilih Perguruan Tinggi agar Sukses Kuliah

Memilih jurusan kuliah sebenarnya bukan hal yang mudah dan sepele. Banyak faktor yang harus diperhitungkan dan dipikirkan matang-matang. Memilih jurusan kuliah secara tergesa-gesa tanpa memperhitungkan segala aspek akan berakibat fatal. Mulai dari terlambat menyadari bahwa jurusan yang diambil tidak sesuai hingga mengalami putusan *drop out*. Oleh karena itu pemilihan jurusan harus dipertimbangkan dengan cermat sedini mungkin.



Berikut ini tips 5 cara memilih Perguruan agar sukses kuliah :

### 1. Sesuaikan dengan bakat, minat, dan cita-cita

Bila memiliki cita-cita tertentu, pertimbangkan jurusan apa yang sekiranya dapat membawa Anda meraih profesi atau pekerjaan yang sesuai dengan cita-cita tersebut. Jangan memilih jurusan Teknik Geodesi jika anda ingin menjadi seorang dokter. Atau jangan memilih jurusan Sastra Jawa jika Anda ingin menjadi Fisikawan. Sesuaikan jurusan yang ingin diambil dengan minat dan bakat Anda. Mengembangkan bakat yang ada disertai dengan minat pada suatu jurusan studi akan menjadikan proses kuliah lebih mudah dan nyaman. Anda juga selalu bergairah untuk belajar.

### 2. Kumpulkan informasi sebanyak mungkin

Carilah informasi terkait dengan program studi yang diinginkan banyak sebagai bahan pertimbangan untuk memilih jurusan. Anda dapat mencari informasi dari banyak sumber seperti orang tua, saudara, guru, teman, bimbil, tetangga, konsultan pendidikan, kakak kelas, teman mahasiswa, profesional, internet, dan lain sebagainya. Jangan mudah terpengaruh dan mempercayai informasi dari orang yang kurang menguasai bidang yang bersangkutan.

### 3. Pertimbangkan lokasi dan biaya

Bagi orang yang tergolong ekonomi mapan, memilih jurusan apa pun dan tempat kuliah di mana pun mungkin tidak menjadi masalah. Bagi golongan menengah ke bawah, lokasi dan biaya merupakan masalah yang sangat diperhitungkan. Jika dana yang tersedia terbatas maka pilihlah lokasi kuliah yang dekat dengan tempat tinggal atau lokasi luar kota yang memiliki tingkat biaya hidup yang rendah. Pilih juga tempat kuliah/ perguruan tinggi yang biaya pendidikan tidak terlalu tinggi. Anda juga bisa berimprovisasi untuk mencari tambahan untuk biaya kuliah, misalnya mencari beasiswa, mengajukan keringanan, melakukan pekerjaan paruh waktu atau pekerjaan lain yang bisa mendatangkan income tetapi tidak mengganggu proses pendidikan Anda selama kuliah. Ingat ini : Jangan jadikan keterbatasan dana sebagai alasan yang menghambat masa depan Anda. Bila mau berusaha, pasti ada jalan.

#### **4. Carilah informasi daya tampung jurusan dan peluang diterima**

Carilah informasi daya tampung suatu jurusan di PTN/PTS yang diinginkan. Umumnya PT yang memiliki kuota terbatas dengan kualifikasi bagus akan diperebutkan oleh banyak orang. Jangan membebani diri anda dengan target untuk berkuliah di PT tertentu dengan jurusan tertentu yang favorit. Anda bisa stres karenanya. Buatlah banyak pilihan tempat kuliah beserta jurusannya.

Pertimbangkan juga sejauh mana Anda berpeluang diterima di suatu jurusan favorit. Ini lebih berhubungan dengan kemampuan akademis Anda. Untuk meningkatkan kemampuan ini Anda bisa sejak dini belajar soal-soal seleksi, mengikuti Try Out, ikut bimbel, mengambil les privat, dsb.

#### **5. Masa depan, karir, dan pekerjaan**

Bayangkan ke depan setelah anda lulus nanti. Apakah jurusan yang diambil dapat mengantarkan Anda mendapatkan pekerjaan dan karir yang baik? Banyak kok sarjana yang saat ini menganggur, dan kelak jangan sampai Anda merupakan salah satu di antara mereka. Rekrutmen perusahaan dalam mencari tenaga kerja tidak hanya melihat seseorang dari latar belakang pendidikan saja, namun juga pengalaman. Tetapi jika Anda memiliki kompetensi, keberanian, dan kemampuan lebih baik daripada kebanyakan orang, maka Anda layak bersaing dan memperoleh pekerjaan yang tepat.

Oleh karena itu saat kuliah nanti Anda bukan hanya wajib untuk menguasai kemampuan akademis semata, tetapi juga wajib untuk mengembangkan skill terkait dan musti membuka mata lebar-lebar untuk mengembangkan wacana profesi.

## SATUAN LAYANAN (SATLAN)

### SMA N 2 BANTUL

### BIMBINGAN DAN KONSELING

---

- A. Judul Layanan : Meningkatkan Keterampilan *Public Speaking*
- B. Bidang Bimbingan : Sosial
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan pengembangan
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : 1. Peserta didik memiliki pemahaman tentang cara meningkatkan potensi *public speaking*
- a. Mengetahui pentingnya *public speaking* dalam membangun hubungan interpersonal yang baik
  - b. Mengetahui hambatan yang timbul dan cara mengatasinya pada saat berbicara di depan umum
  - c. Memahami cara menggali potensi *public speaking*
2. Peserta didik memiliki ketertarikan mengaplikasikan keterampilan *public speaking*
- a. Mengidentifikasi pentingnya mengetahui cara mempraktekkan keterampilan *public speaking*
3. Peserta didik memiliki unjuk kerja (action) untuk mengembangkan pemahamannya dalam kehidupan sehari-hari
- F. Metode Layanan : Games “Lanjutkan Ceritaku” dan diskusi
- G. Sasaran Layanan : Siswa SMA kelas XII IPA 1
- H. Hari/Tgl Pelaksanaan : Sabtu, 16 Agustus 2014
- I. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- J. Alokasi Waktu : 45 menit
- K. Alat dan Bahan : Kertas, Spidol, laptop dan LCD

L. Deskripsi Proses			
No.	Tahap	Uraian Layanan	Waktu
1	Pendahuluan	a. Pembukaan	
		1) Pembimbing membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka serta	2 menit

		menanyakan kabar dan kondisi peserta didik	3 menit
		2) Pembimbing mengecek presensi kehadiran peserta didik	
		b. Apersepsi	
		1) Pembimbing menanyakan apakah peserta didik sudah memahami apa itu makna dari <i>public speaking</i> dan apakah peserta didik sudah mampu ber- <i>public speaking</i> yang baik	
		2) Pembimbing mengaitkan jawaban-jawaban peserta didik dengan layanan materi	
2	Inti	a. Eksplorasi	
		1) Pembimbing mengarahkan peserta didik untuk membentuk kelompok kecil dengan arahan peserta didik duduk melingkar	2 menit 5 menit
		b. Elaborasi	
		1) Pembimbing mengajak peserta didik untuk melakukan permainan melatih keterampilan <i>public speaking</i> secara survival, dalam artian jika peserta didik tidak dapat melanjutkan cerita dari temannya maka ada reward yang harus diambil. Rewardnya dapat berupa menyanyikan sebuah lagu, membaca puisi maupun menceritakan cita-cita peserta didik yang mendapat reward.	25 menit
		2) Pembimbing menjelaskan mekanisme permainan melatih keterampilan <i>public speaking</i> . Mekanismenya adalah sebagai berikut :	1 menit

- Pembimbing memulai sebuah cerita dengan tema bebas
- Ditengah-tengah cerita, pembimbing menghentikan ceritanya, dan menunjuk salah satu dari peserta secara acak untuk melanjutkan ceritanya
- Kemudian peserta secara acak melanjutkan cerita dari peserta lain
- Permainan terus berlanjut sampai semua peserta mendapatkan giliran bercerita
- Peserta diminta berekspresi dan berintonasi dalam bercerita

### 3) Pelaksanaan permainan

Peserta didik secara acak (pembimbing yang menunjuk) bergantian melanjutkan cerita yang sebelumnya telah disampaikan oleh peserta didik yang lain

#### c. Konfirmasi

- 1) Pembimbing menanyakan apakah peserta didik sudah memahami makna dari permainan tersebut

- |   |         |                                                                                                                                                                                                                               |         |
|---|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 3 | Penutup | <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pembimbing dan peserta didik bersama-sama menyimpulkan dari manfaat kegiatan yang telah berlangsung</li> <li>b. Pembimbing menutup kegiatan layanan dengan salam penutup</li> </ol> | 2 menit |
|---|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|

#### M. Rencana Penilaian : 1. Penilaian hasil

##### a. Pemahaman peserta didik mengenai materi

Menilai kemampuan peserta didik dalam memahami materi mengenai materi

meningkatkan keterampilan *public speaking* melalui permainan “lanjutkan ceritaku”

b. Sikap peserta didik dalam penerimaan layanan  
Antusiasme peserta didik dalam menerima materi yang diberikan

c. Unjuk kerja (action) peserta didik dalam kegiatan layanan. Mengamati unjuk kerja peserta didik dalam mengikuti arahan pembimbing saat memberikan materi

## 2. Penilaian proses

a. Kesesuaian program dengan jadwal

b. Respon peserta didik antusias atau tidak ketika mengikuti proses layanan

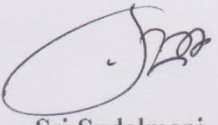
c. Kehadiran peserta didik dan keaktifan peserta didik

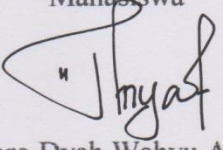
d. Ketersediaan sarana prasarana

N. Tindak Lanjut : Peserta didik yang belum mampu mengembangkan potensi *public speaking* akan dibantu dengan layanan bimbingan atau konseling pribadi

O. Referensi : - Buku 55 Permainan dalam Bimbingan dan Konseling.  
- [www.yunihartanta.com/?p=375](http://www.yunihartanta.com/?p=375)

Yogyakarta, 16 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

## **MATERI**

### **a. Pengertian Public Speaking**

Secara umum pengertian public speaking berarti adalah kemampuan berbicara di depan umum. Kemampuan berbicara di depan umum ini lebih merupakan keterampilan, sehingga kemampuan ini lebih banyak ditentukan berdasar latihan, pengalaman dan praktek. Kemampuan yang didapat dari membaca dan teori hanya menunjang saja, tetapi pengetahuan teori yang baik akan mempercepat dan menunjang penguasaan public speaking dengan baik, sehingga penguasaan teori tetap juga penting.

Kemampuan public speaking seyogyanyalah dimiliki oleh seorang yang sering berhubungan dan berinteraksi dengan orang lain. Misalnya seorang kepala divisi, mandor, kepala seksi, anggota partai, pengurus RT atau apapun profesi dia yang penting dia sering berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan penyampaian secara verbal (bicara) lebih ditonjolkan/diutamakan dalam hal penguasaan materi public speaking.

Dengan kata lain seorang yang akan memimpin pada sebuah komunitas seberapapun kecilnya komunitas itu, dia sebaiknya paham dan menguasai ilmu public speaking dengan baik, karena ini sangat erat hubungannya dengan penyampaian informasi, menjelaskan, menguraikan, mempengaruhi dan terlebih saat berpidato dalam menyampaikan gagasannya. Orang yang menguasai public speaking sering disebut sebagai orator. Contoh orang-orang yang bertindak sebagai orator yang patut ditiru dan dikagumi (yang dimaksud disini sebatas hanya pada kemampuan public speakingnya) antara lain : Ir Sukarno (mantan presiden RI), Harmoko (mantan menteri penerangan), John Kenedy (mantan presiden AS), Habibi (Mantan Menristek dan presiden), dll masih banyak lagi.

### **b. Kegunaan menguasai public speaking :**

- Untuk menyampaikan ide secara sistematis dan runtut
- Untuk mempengaruhi massa dan orang lain
- Untuk menyampaikan dan mempertahankan pendapat
- Untuk mengikuti sebuah diskusi dan rapat dengan baik
- Untuk melakukan pidato di depan umum
- Untuk menambah kepercayaan diri

- Untuk menyampaikan sebuah presentasi
- Untuk memimpin rapat, sidang dan diskusi
- Untuk menambah kewibawaan dan citra diri
- Untuk sarana pengembangan diri
- Untuk sarana pembelajaran kepada orang lain
- Dll

**c. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan public speaking :**

1. Perhatikan penampilan

Penampilan yang dimaksud disini adalah perhatikan pakaian yang cocok dengan suasana, perhatikan asesoris yang dipakai (jangan norak memakai asesoris). Kerapian dan keserasian memakai pakaian antara sepatu, celana, jam tangan, cincin, dll akan menambah kewibawaan dan kadang bisa menyerap perhatian juga.

2. Perhatikan volume suara dan intonasi

Volume suara diatur sedemikian rupa sehingga menyesuaikan dengan ruangan. Prinsip dasarnya ialah semua peserta dapat mendengar dengan jelas. Intonasi yang dimaksud adalah bagaimana kita berbicara jangan kelihatan datar. Bicara datar akan menjemukan pendengar, membosankan dan membuat mengantuk.

3. Luasnya wawasan, perbendaharaan kata dan pengetahuan akan menambah sempurnanya public speaking.

Semakin luas pengetahuan seseorang akan menambah kewibawaan dan mantapnya bobot pembicaraan. Ikutilah berita koran, TV dan sedang berkembang. Perbanyaklah membaca, seringlah mengikuti diskusi, dll

4. Mengontrol waktu

Berbicaralah sesuai dengan waktu yang ditentukan, kita atur dan kita kontrol diri kita sendiri. Bicaralah sesuai dengan waktu yang ada/telah ditentukan.

5. Pola berfikir yang sistematis

Pola berfikir yang sistematis harus tercermin dalam pembicaraan kita. Untuk itu buatlah rencana dulu sebelum tampil. Apabila telah terbiasa anda akan mampu berbicara walaupun mendadak dan tanpa persiapan. Akan tetapi hal yang dipersiapkan biasanya akan lebih baik ketimbang sesuatu yang tidak dipersiapkan.

#### 6. Pembicaraan yang konkrit dan membumi

Pembicaraan konkrit dan membumi ini yang dimaksud adalah kita menyesuaikan gaya bahasa dan contoh-contoh yang relevan dengan pendengarnya. Misalnya pemilihan kata-kata yang kita gunakan untuk menjelaskan komunitas tukang becak tentu akan lain dengan kita berbicara didepan mahasiswa.

#### 7. Sikap mental

Sikap mental juga merupakan hal penting yang perlu diperhatikan dalam public speaking. Tataplah pendengar, jangan grogi, sapulah pandangan mata secara bergantian. Penguasaan materi dan pengalaman biasanya akan menentukan penguasaan mental.

Adapun teori dasar untuk memulai dan mengakhiri public speaking adalah melalui tahapan sebagai berikut :

##### 1. Start of fire

Ini merupakan kemampuan membuka, mengebrak, memecah suasana untuk memulai berbicara. Arti harafiahnya adalah bagaimana kita menyulut api agar para pendengar terfokus perhatiannya dengan pembicaraan kita. Bisa melalui gebrakan salam Merdeka ! sambil mengacungkan dan mengepal tangan. Bisa melalui pembukaan dengan cerita lucu, dll. Hal pokok yang ditekankan disini adalah mengambil perhatian pendengar.

##### 2. Build a bridge

Sebelum masuk pada materi pokok kita perlu mengantarkan dengan perumpamaan, cerita aktual dimasyarakat yang sedang hangat, menarik perhatian lebih jauh untuk sebagai bahan perantara masuk pada materi pokok yang akan kita bicarakan. Arti harafiahnya adalah bagaimana kita membuat jembatan pembicaraan dari pembukaan dengan gebrakan menuju kepada materi pokok yang akan disampaikan.

### 3. For instance

Materi pokok diuraikan dan dibahas pada bagian ini. Penyampaian materi juga akan lebih bagus apabila disampaikan dengan contoh-contoh nyata, makanya bagian ini disebut dengan for instance artinya contoh – contoh konkrit. Kemampuan menguasai materi, luasnya pengetahuan, kemampuan empati akan menentukan pada bagian ini.

### 4. So What

Untuk mengakhiri pembicaraan biasanya ditutup- dengan langkah langkah tindak lanjut, bisa berupa pesan, harapan, point-point yang penting dan kesimpulan. Jadi pembicaraan diakhiri dengan sempurna. Ada pembukaan dan ada penutupan.

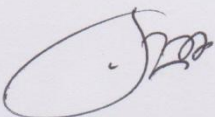
Hal yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan berbicara di depan umum/pidato adalah melakukan persiapan, baik point-point yang akan disampaikan, materi, persiapan mental, dll sesuai dengan ketentuan di atas akan mempengaruhi keberhasilan melakukan public speaking.

**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SMA N 2 BANTUL**

- A. Judul Materi : Say No To Drugs
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi dan Sosial
- C. Fungsi Layanan : Pencegahan
- D. Komponen Program : Layanan Informasi
- E. Tujuan Layanan : a. Siswa dapat memahami tentang narkoba  
b. Siswa dapat memahami akibat pemakaian narkoba
- F. Metode Layanan : Bimbingan tidak langsung
- G. Sasaran : Semua Siswa SMA N 2 Bantul
- H. Hari, tanggal : Sabtu, 30 Agustus 2014
- I. Tempat : SMA N 2 Bantul
- J. Alokasi Waktu : 1 bulan
- K. Alat dan Bahan : Poster
- L. Deskripsi Proses : Konselor melakukan bimbingan secara tidak langsung kepada siswa. Bimbingan dilakukan dengan pembuatan poster yang selanjutnya disebarakan kepada siswa agar siswa dapat membaca dan mengambil unsur informasi yang ada di dalam poster tersebut.
- M. Evaluasi : Siswa dapat mengetahui bahaya narkoba dan menghindari pemakaian narkoba.
- N. Rencana Tindak Lanjut : Memberikan layanan konsultasi dan konseling kepada individu yang mengalami permasalahan dan kendala terkait kesulitan dalam memilih jurusan di perguruan tinggi.
- O. Referensi : -

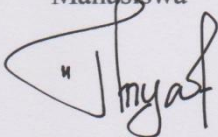
Yogyakarta, 11 Agustus 2014

Guru Pembimbing

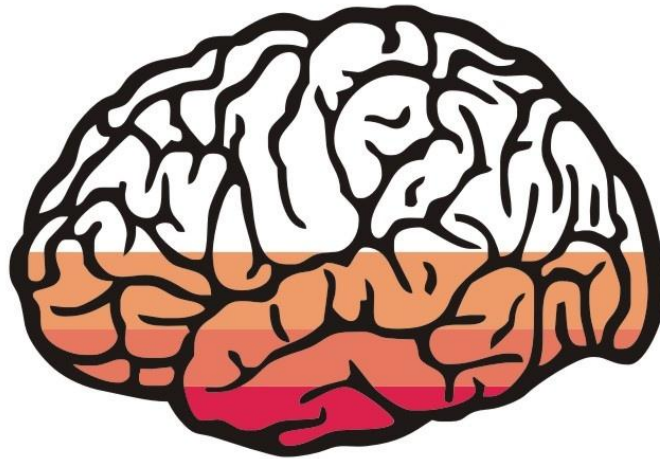


Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa



Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009



# DON'T DO DRUGS

Drugs cause your brain to be **MONKEY!**

## **NARKOBA :**

- keaktifan otak menurun
- cairan otak bertambah
- mengalami penyusutan otak
- depresi mental
- gangguan jiwa berat/psikotik
- mati

**MERDEKA!**  
**ATOMATI**  
14ribu anak muda  
INDONESIA  
memakai  
**NARKOBA**

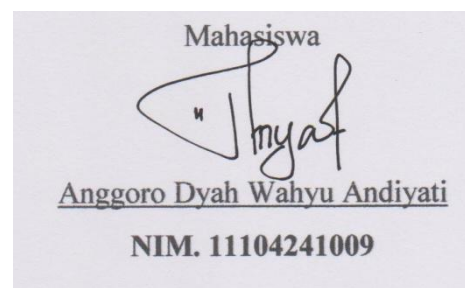
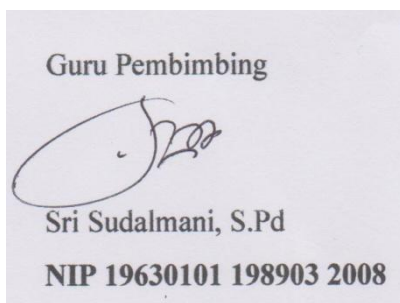


**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, Bimbingan dan KONSELING

**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SMA N 2 BANTUL**

- A. Judul Materi : Tips membuat Belajar sehari-hari yang menyenangkan
- B. Bidang Bimbingan : Belajar
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Penyesuaian
- D. Komponen Program : Layanan Orientasi
- E. Tujuan Layanan : a. Siswa dapat menentukan cara belajar yang sesuai dengan keinginannya.  
b. Siswa dapat mengetahui cara belajar yang efektif.
- F. Metode Layanan : Bimbingan tidak langsung
- G. Sasaran : Siswa SMA N 2 Bantul
- H. Hari, tanggal : Jumat, 22 Agustus 2014
- I. Tempat : SMA N 2 Bantul
- J. Alokasi Waktu : 1 bulan
- K. Alat dan Bahan : Papan Bimbingan
- L. Deskripsi Proses : Konselor melakukan bimbingan secara tidak langsung kepada siswa. Bimbingan dilakukan dengan pembuatan papan bimbingan agar siswa dapat membaca dan mengambil unsur informasi yang ada di dalam papan bimbingan tersebut.
- M. Evaluasi : Siswa dapat lebih menentukan cara belajar yang efektif.
- N. Rencana Tindak Lanjut : Memberikan layanan konsultasi dan konseling kepada individu yang mengalami permasalahan dan kendala terkait dengan cara belajar yang efektif dan menyenangkan.
- O. Referensi : <http://aswan67.blogspot.com/2013/04/tips-belajar-efektif-dan-menyenangkan.html>

Yogyakarta, 22 Agustus 2014



## TIPS BELAJAR YANG MENYENANGKAN

### 1. Selingi dengan istirahat

Jika merasa mulai jenuh atau bosan belajar terus menerus, ada baiknya diselingi dengan istirahat. Misalkan setiap belajar 1 jam, istirahatnya sekitar 10 menit. Kita bisa melakukannya sambil keluar dulu dari dalam ruang belajar, ambil minum atau makan makanan kecil, tapi jangan lupa untuk balik lagi buat belajar.

### 2. Atur Ruang Belajar

Kenyamanan ruang belajar juga bisa membuat suasana belajar kita menjadi enak. Jangan sampai ruangan tersebut berantakan, rapikan dulu barang-barang yang acak-acakan tersebut, jika sudah rapi akan kelihatan lebih luas dan segar. Ini juga merupakan bentuk cara belajar efektif yang mempunyai faktor besar.

### 3. Dengarkan Musik

Ada yang bilang kalo cara belajar efektif sambil dengerin musik bisa ngebantu kita agar berpikir jernih. Hmm.. boleh dicoba tuh, tapi jangan sampai musik yang diputar adalah jenis musik hingar bingar, malahan tidak bisa konsentrasi nantinya. Carilah musik yang lembut, dan kalo bisa musik instrumental (tapi hati-hati, jangan sampai ketiduran lho).

### 4. Belajar dengan Praktik

Jika belajar hanya dengan membaca (teori) saja, bisa menyebabkan jenuh, cobain deh untuk melakukannya (praktik). Misalnya pelajaran IPA, kita bisa belajar sambil mengamati tumbuh-tumbuhan, hewan atau apapun, dengan demikian kita bisa membuat sebuah acara belajar jadi mengasyikan, sekalian membuktikan kebenaran teori tersebut.

5.

### Belajar dengan Rutin

Dengan belajar dengan rutin, kita bisa mengingat pelajaran yang dahulu pernah diajarkan oleh guru maupun belum pernah diajarkan.

6.

### Jadilah seorang Detektif

Detektif? ini kan belajar bukannya memecah kasus kejahatan? maksudnya adalah, di dalam belajar, anggaplah pelajaran itu sebagai teka-teki yang harus dipecahkan, atau kasus yang sangat sulit untuk diselesaikan. Kayak detektif Conan gitu, kalo kita berhasil memecah kasus tersebut, berarti kita adalah detektif yang hebat.

7.

### Ubah Metode Belajar

Jangan belajar dengan cara yang sama dengan terus menerus. mungkin anda tidak cocok dengan teknik belajar seperti itu, setahu kami ada 2 jenis metode cara belajar efektif yang bisa anda pahami ini:

- a. Metode Membaca : sebagian besar orang menggunakan metode belajar ini, orang yang cocok menggunakan tidak mengalami kesulitan yang berarti.
- b. Metode Mendengarkan : Orang tipe ini akan lebih mudah

8.

### Ciptakan Suasana yang Kondusif

Dalam cara belajar efektif, anda harus menciptakan suasana yang kondusif, nyaman dan tenang untuk belajar. Cara ini merupakan salah satu cara belajar yang baik karena bagaimanapun jika ingin materi yang anda pelajari itu benar-bener masuk ke otakmu, anda harus tenang dan dalam keadaan yang nyaman. Sehingga nggak mengganggu konsentrasi. Belajar di luar ruangan mungkin adalah pilihan yang cukup baik, karena selain lebih fresh, kita juga bisa lebih tenang dan nggak penat dalam belajar.

9.

Sering tapi jangan lama

Belajar jangan terlalu lama, namung per sering anda belajar, seperti pagi 45 menit, siang 15 menit, sore 30menit, malam 1 jam, insya allah cara belajar efektif ini bisa berjalan baik.

10.

Mengeti bukan Menghafal

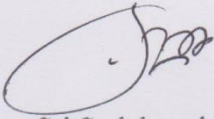
Kalau anda menghafal sesuatu belum tentu anda mengerti. Saat Anda mengerti topik yang dipelajari, secara otomatis anda akan paham. Pemahaman ini yang akan membantu anda menganalisa jawaban. Jadi, biar soalnya diputar-putar, Anda pasti bisa jawab. Memang sih, beberapa mata pelajaran memang butuh hafalan. Misalnya saja tanggal bersejarah atau nama-nama tokoh. Kuncinya, baca berulang-ulang, tanpa anda sadari hafalan itu bakal melekat di ingatan dengan sendirinya

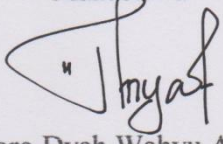
**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SMA N 2 BANTUL**

- A. Judul Materi : Tips memilih Program Studi
- B. Bidang Bimbingan : Karir
- C. Fungsi Layanan : Pencegahan
- D. Komponen Program : Layanan Informasi
- E. Tujuan Layanan : a. Siswa dapat memilih program studi sesuai dengan cita-citanya  
b. Siswa dapat mengetahui cara-cara memilih program studi.
- F. Metode Layanan : Diskusi dan Tanya Jawab
- G. Sasaran : Siswa kelas XII IPA 1
- H. Hari, tanggal : Sabtu, 30 Agustus 2014
- I. Tempat : Ruang Kelas
- J. Alokasi Waktu : 1 x 45 menit
- K. Alat dan Bahan : Leaflet, Laptop, LCD
- L. Deskripsi Proses :
- a. Tahap Awal
    - Pembukaan
    - Konselor membuka kegiatan layanan dengan salam pembuka dan menanyakan kabar dan kondisi peserta didik
    - Konselor mengecek kehadiran peserta didik
  - b. Tahap Inti
    - Konselor memberikan materi mengenai tips cara memilih program studi.
    - Konselor meminta siswa untuk membentuk 4 kelompok untuk membahas dampak salah memilih program studi.
    - Masing-masing kelompok menunjuk perwakilan untuk membacakan hasil diskusi.
  - c. Tahap Pengakhiran/ Penutup
    - Konselor menanyakan kepada siswa apakah mereka sudah paham mengenai diskusi yang sudah dilakukan.
    - Konselor meminta beberapa siswa untuk menyampaikan manfaat yang diperoleh dari kegiatan yang telah dilakukan

- M. Evaluasi : Siswa dapat lebih menyiapkan atau merencanakan masa depannya untuk memilih program studi yang diinginkan.
- N. Rencana Tindak Lanjut : Memberikan layanan konsultasi dan konseling kepada individu yang mengalami permasalahan dan kendala terkait kesulitan dalam memilih program studi.
- O. Referensi : Susilowati, Pudji. 2006. *Memilih Jurusan di Perguruan Tinggi*. Jakarta

Yogyakarta, 29 Agustus 2014

Guru Pembimbing  
  
Sri Sudalmani, S.Pd  
NIP 19630101 198903 2008

Mahasiswa  
  
Anggoro Dyah Wahyu Andiyati  
NIM. 11104241009

## Tips Memilih Jurusan Kuliah

Ujian Nasional sebentar lagi dilaksanakan dan selanjutnya adalah menentukan langkah selanjutnya. Bagi kalian yang ingin meneruskan pendidikan masuk ke perguruan tinggi tentunya harus sudah menyiapkan jurusan apa yang akan diambil nanti. Beberapa anak suka mengalami kendala dalam memutuskan untuk memilih perguruan tinggi mana dan memilih jurusan kuliah apa karena sebagian anak belum mengetahui bakat dan minatnya sendiri.

Tak sedikit anak yang memilih jurusan kuliah atas dasar ikut-ikutan temannya yang sudah kuliah, karena dorongan dan paksaan orang tua dan juga karena mengikuti pacar. Yang perlu kalian tau jika memilih jurusan kuliah tidak sesuai dengan kepribadian, bakat, minat serta potensi diri kita sendiri akan menimbulkan beberapa masalah dalam proses study. Salah memilih jurusan kuliah punya dampak yang signifikan terhadap kehidupan di masa mendatang, kira-kira apa dampak salah memilih jurusan kuliah? Ada yang tau?

Berikut Dampak Salah Memilih Jurusan Kuliah

### 1. **Problem Psikologis**

Mempelajari sesuatu yang tidak sesuai minat, bakat dan kemampuan, merupakan pekerjaan yang sangat tidak menyenangkan, apalagi kalau itu bukan kemauan / pilihan anak, tapi desakan orang tua. Belajar karena terpaksa itu akan sulit dicerna otak karena sudah ada blocking emosi. Kesal, marah, sebal, sedih, itu semua sudah memblokir efektivitas kerja otak dan menghambat motivasi. Memilih jurusan kuliah sesuai dengan saran teman atau trend, padahal tidak sesuai dengan minat diri juga punya dampak psikologis, yakni menurunnya daya tahan terhadap tekanan, konsentrasi dan menurunnya daya juang. Apalagi kalau pelajaran kian sulit, masalah semakin bertambah, bisa menyebabkan kuliah terancam terhenti di tengah jalan.

### 2. **Problem akademis**

Problem akademis yang bisa terjadi jika salah mengambil jurusan kuliah yaitu, seperti prestasi yang tidak optimum, banyak mengulang mata kuliah yang berdampak bertambahnya waktu dan biaya, kesulitan memahami materi, kesulitan memecahkan persoalan, ketidakmampuan untuk mandiri dalam belajar, dan buntutnya adalah rendahnya nilai indeks prestasi. Selain itu, salah memilih jurusan kuliah bisa mempengaruhi motivasi belajar dan tingkat kehadiran. Kalau makin sering tidak masuk kuliah, makin sulit memahami materi, makin tidak suka dengan perkuliahannya akhirnya makin sering bolos. Padahal, tingkat kehadiran mempengaruhi nilai.

### 3. **Problem relasional**

Salah memilih jurusan kuliah membuat anak tidak nyaman dan tidak percaya diri. Ia merasa tidak mampu menguasai materi perkuliahan sehingga ketika hasilnya tidak memuaskan, ia pun merasa minder karena merasa dirinya bodoh, dsb hingga dia menjaga jarak dengan teman lain, makin pendiam, menarik diri dari pergaulan, lebih senang mengurung diri di kamar, takut bergaul karena takut kekurangannya diketahui, dsb. Atau, anak bisa jadi agresif karena kompensasi dari inferioritas di pelajaran. Karena dia merasa kurang di pelajaran, maka dia berusaha tampil hebat di lingkungan sosial dengan cara missal, mendominasi, mengintimidasi anak yang dianggap lebih pandai, dsb.

Nah, setelah kita tau betapa besar dampak salah memilih jurusan kuliah, maka tugas kita selanjutnya adalah bagaimana cara memilih jurusan yang benar.

Bagaimana memilih jurusan kuliah yang tepat?

Memilih jurusan kuliah pada dasarnya merupakan sebuah proses yang sudah dimulai sejak masa anak-anak. Kesempatan, stimulasi, pengalaman apa saja yang diberikan pada anak sejak kecil secara optimum dan konsisten, itu akan

menjadi bekal, modal dan fondasi minat dan bakatnya. Makin banyak dan luas exposure-nya, makin anak tahu banyak tentang dirinya, tapi makin sedikit exposure nya, makin sedikit juga pengetahuan anak tentang dirinya. Menurut Gunadi et al (2007), ada beberapa prinsip yang perlu diperhatikan dalam melakukan pemilihan jurusan agar jurusan yang dipilih tepat, berikut tips memilih jurusan yang tepat menurut Gunadi (2007):

**1. Mencari informasi secara detil mengenai jurusan yang diminati.**

Sebelum memilih jurusan, hendaknya anak punya informasi yang luas dan detil, mulai dari ilmunya, mata kuliahnya, praktek lapangan, dosen, universitasnya, komunitas sosialnya, kegiatan kampusnya, biaya, alternative profesi kerja, kualitas alumninya, dsb.

**2. Menyadari bahwa jurusan yang dipilih hanya merupakan salah satu anak tangga awal dari dari proses pencapaian karir.**

Anak perlu tahu realitanya, bahwa jurusan yang dipilih tidak menjamin kesuksesan masa depannya. Jangan dikira bahwa dengan kuliah di jurusan tersebut maka hidupnya kelak past sukses seperti yang di iklankan.

**3. Jurusan yang dipilih sebaiknya sesuai dengan kemampuan dan minat siswa yang bersangkutan.**

Jika seorang siswa memilih jurusan sesuai dengan kemampuan dan minatnya, maka dirinya akan mampu bertahan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan selama kuliah, namun jika dirinya tidak memiliki kemampuan dan minat dalam jurusan yang dipilih, bisa mempengaruhi motivasi belajar seperti yang telah dijelaskan di atas.

**4. Berpikiran jauh ke depan melihat konsekuensi dari setiap pilihan, apakah mampu menjaga komitmen dan konsekuensi kerja sebagai akibat dari pilihan itu.**

Di setiap pilihan pasti ada konsekuensi profesi, jangan sampai ingin punya status tapi tidak ingin menjalani konsekuensinya. Jangan sampai ingin jadi dokter tapi tidak siap mendapatkan panggilan mendadak tengah malam dari pasiennya; ingin jadi tentara tapi takut berperang; ingin jadi guru tetapi tidak sabar / tidak senang disuruh menghadapi anak murid. Jadi, kalau sudah punya cita-cita, siapkan mental, fisik dan komitmen untuk mau belajar menghadapi tantangannya.

**5. Jurusan yang dipilih sebaiknya sesuai dengan cita-cita anak.**

Setiap anak pasti memiliki cita-cita. Jika anak bercita-cita menjadi psikolog maka sebaiknya memilih jurusan psikologi bukan jurusan sosiologi atau yang lainnya. Jika ingin menjadi dokter, ya harus mengambil kuliah kedokteran. Pelajari bidang studi yang mempunyai beberapa proses. Misalnya, anak kelak ingin menjadi dokter bedah, maka terlebih dahulu harus menjalani kuliah di kedokteran umum.

**6. Menyiapkan beberapa alternatif.**

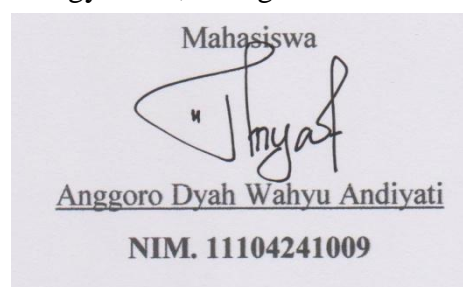
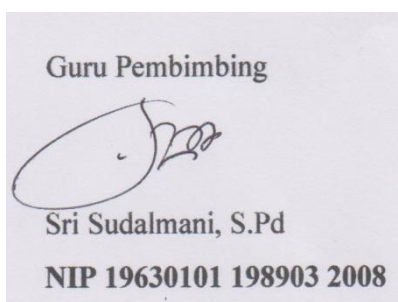
Alangkah baiknya jika anak memiliki lebih dari satu alternative untuk menjaga jika dirinya tidak masuk di alternative pertama, maka masih ada kesempatan di alternative berikutnya. Pemilihan alternative studi harus pun diupayakan yang masih sesuai dengan minat dan kemampuan anak, bukan karena pilihan yang paling besar kemungkinan diterima padahal tidak sesuai minat.

Kuliah membutuhkan banyak biaya dan waktu yang tidak sebentar. Maka, selagi masih belum terlanjur, memilih jurusan kuliah harus memang benar-benar tepat untuk anda, jangan sampai nantinya putus ditengah jalan.

**SATUAN LAYANAN (SATLAN)  
BIMBINGAN DAN KONSELING  
SMA N 2 BANTUL**

- A. Judul Materi : Tips Sukses Menghadapi Ujian
- B. Bidang Bimbingan : Belajar dan Karir
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman
- D. Komponen Program : Layanan Informasi
- E. Tujuan Layanan : 1. Agar siswa mendapat nilai ujian dengan maksimal  
2. Agar siswa benar-benar dapat menguasai konsep atau diri dalam mengikuti ujian
- F. Metode Layanan : Bimbingan tidak langsung
- G. Sasaran : Siswa SMA N 2 Bantul
- H. Hari, tanggal : Jumat, 22 Agustus 2014
- I. Tempat : SMA N 2 Bantul
- J. Alokasi Waktu : 1 bulan
- K. Alat dan Bahan : Poster
- L. Deskripsi Proses : Konselor melakukan bimbingan secara tidak langsung kepada siswa. Bimbingan dilakukan dengan pembuatan poster agar siswa dapat membaca dan mengambil unsur informasi yang ada di dalam poster tersebut.
- M. Evaluasi : Siswa dapat menguasai konsep diri dan menyiapkan diri sebaik mungkin untuk ujian.
- N. Rencana Tindak Lanjut : Memberikan layanan konsultasi dan konseling kepada individu yang mengalami permasalahan dan kendala terkait
- O. Referensi : Sumber Buku : Kiat Sukses Ujian Karya Taufan Nilam  
Sumber Gambar : [www.nyunyu.com](http://www.nyunyu.com)

Yogyakarta, 22 Agustus 2014



# MARAH?

Yuk coba salurkan amarah dengan beberapa cara alternatif ini supaya tidak cepat tua

## TULISKAN PADA SEBUAH SURAT

Menuliskan sebuah surat bisa menjadi terapi. Setelah menulis surat tersebut, kamu bisa mengambil lebih banyak waktu untuk menyendiri, introspeksi, dan menenangkan diri. Kadang, suatu masalah tidak bisa diselesaikan dengan perdebatan dan membutuhkan media lain untuk penyaluran.

## MENCARI LAGU YANG TEPAT

Salah satu cara yang bisa kamu gunakan untuk mengatasi amarah adalah menemukan lagu yang sesuai dengan kondisi kamu. Kamu bisa mendengarkan lagu tersebut berulang kali atau bahkan menyanyikannya sesukamu sambil karaoke bersama teman. Menemukan lagu yang sesuai dengan keadaan bisa menjadi suatu media untuk pelepasan emosi secara tidak langsung.

## MEMOTONG PONI/RAMPUT

Bukan hanya mereka yang putus cinta yang suka potong rambut. Bila kamu menghadapi suatu masalah yang membuatmu naik darah, memotong rambut bisa menjadi cara yang ampuh meredakannya. Memotong rambut bisa 'melahirkan sosok baru' dari diri Anda dan memberi perasaan segar.

## CURHAT PADA SAHABAT

Kamu bisa curhat dengan sahabat tanpa harus meminta solusi atau pendapat dari mereka. Hal itu lebih kamu butuhkan. Jangan lupa bawa mini cookies atau es krim untuk membuat sahabatmu punya energi lebih untuk mendengarkan curhatanmu

## OLAHRAGA

Saat kamu sedang marah, kamu punya tenaga yang cukup untuk disalurkan dengan olahraga. Olahraga yang direkomendasikan adalah berlari. Bila kamu ingin olahraga yang lebih ringan, bisa mencoba meditasi.

PPL BK 2014

Sumber : Vemale.com

akademis semata, tetapi juga wajib untuk mengembangkan skill terkait dan musti membuka mata lebar-lebar untuk mengembangkan wacana profesi.

Rewrite from: <http://pendidikansekolah.web.id>

**5 Cara memilih Perguruan Tinggi agar Sukses Kuliah**



PPL BK UNY 2014

### Sesuai dengan bakat, minat, dan cita-cita

Anda memiliki cita-cita tertentu, pertimbangkan jurusan apa yang sekiranya dapat membawa Anda meraih profesi atau pekerjaan yang sesuai dengan cita-cita tersebut. Jangan memilih jurusan Teknik Odesi jika anda ingin menjadi seorang dokter. Atau jangan memilih jurusan Sastra Jawa jika Anda ingin menjadi Fisikawan. Sesuaikan jurusan yang ingin diambil dengan minat dan bakat Anda. Mengembangkan bakat yang ada disertai dengan minat pada suatu jurusan studi akan menjadikan proses kuliah lebih mudah dan nyaman. Anda juga perlu bergairah untuk belajar.

### Kumpulkan informasi sebanyak mungkin

Carilah informasi terkait dengan program studi yang diinginkan sebanyak sebagai bahan pertimbangan untuk memilih jurusan. Anda dapat mencari informasi dari banyak sumber seperti orang tua, saudara, guru, teman, bimbil, tetangga, hasilkan pendidikan, kakak kelas, teman mahasiswa, profesional, internet, dan lain sebagainya. Jangan mudah terpengaruh dan percaya informasi dari orang yang kurang menguasai bidang yang bersangkutan.

### 3. Pertimbangkan lokasi dan biaya

Bagi orang yang tergolong ekonomi mapan, memilih jurusan apa pun dan tempat kuliah di mana pun mungkin tidak menjadi masalah. Bagi golongan menengah ke bawah, lokasi dan biaya merupakan masalah yang sangat diperhitungkan. Jika dana yang tersedia terbatas maka pilihlah lokasi kuliah yang dekat dengan tempat tinggal atau lokasi luar kota yang memiliki tingkat biaya hidup yang rendah. Pilih juga tempat kuliah/perguruan tinggi yang biaya pendidikan tidak terlalu tinggi. Anda juga bisa berimprovisasi untuk mencari tambahan untuk biaya kuliah, misalnya mencari beasiswa, mengajukan keringanan, melakukan pekerjaan paruh waktu atau pekerjaan lain yang bisa mendatangkan income tetapi tidak mengganggu proses pendidikan Anda selama kuliah. Ingat ini : Jangan jadikan keterbatasan dana sebagai alasan yang menghambat masa depan Anda. Bila mau berusaha, pasti ada jalan.

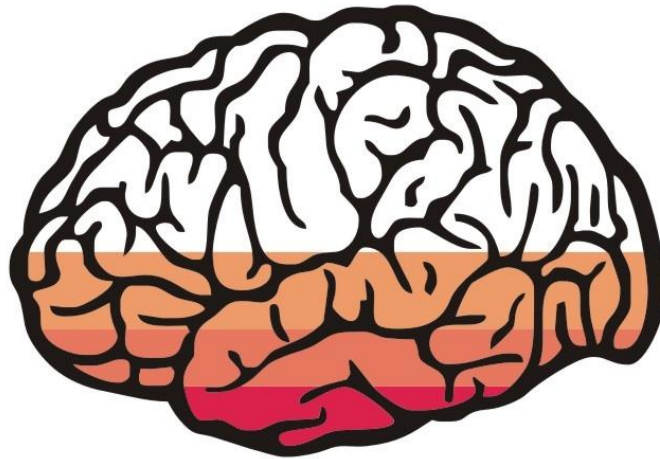
### 4. Carilah informasi daya tampung jurusan dan peluang diterima

Carilah informasi daya tampung suatu jurusan di PTN/PTS yang diinginkan. Umumnya PT yang memiliki kuota terbatas dengan kualifikasi bagus akan diperebutkan oleh banyak orang. Jangan

membebani diri anda dengan target untuk berkuliah di PT tertentu dengan jurusan tertentu yang favorit. Anda bisa stres karenanya. Buatlah banyak pilihan tempat kuliah beserta jurusannya. Pertimbangkan juga sejauh mana Anda berpeluang diterima di suatu jurusan favorit. Ini lebih berhubungan dengan kemampuan akademis Anda. Untuk meningkatkan kemampuan ini Anda bisa sejak dini belajar soal-soal seleksi, mengikuti Try Out, ikut bimbil, mengambil les privat, dsb.

### 5. Masa depan, karir, dan pekerjaan

Bayangkan ke depan setelah anda lulus nanti. Apakah jurusan yang diambil dapat mengantarkan Anda mendapatkan pekerjaan dan karir yang baik? Banyak kok sarjana yang saat ini menganggur, dan kelak jangan sampai Anda merupakan salah satu di antara mereka. Rekrutmen perusahaan dalam mencari tenaga kerja tidak hanya melihat seseorang dari latar belakang pendidikan saja, namun juga pengalaman. Tetapi jika Anda memiliki kompetensi, keberanian, dan kemampuan lebih baik daripada kebanyakan orang, maka Anda layak bersaing dan memperoleh pekerjaan yang tepat .



# DON'T DO DRUGS

Drugs cause your brain to be **MONKEY!**

**NARKOBA :**

- keaktifan otak menurun
- cairan otak bertambah
- mengalami penyusutan otak
- depresi mental
- gangguan jiwa berat/psikotik
- mati

**MERDEKA!**  
**ATOMATI**  
14ribu anak muda  
INDONESIA  
memakai  
NARKOBA



**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, Bimbingan dan KONSELING

# TIPS SUKSES MENGHADAPI UJIAN

1. Perhatikan guru ketika menerangkan materi di depan kelas..



2. Jangan tidur di kelas!



3. Membaca & mempelajari materi dari berbagai sumber informasi..



**STOP! JANGAN LAKUKAN !**

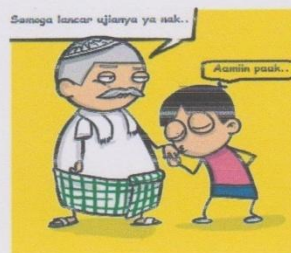
4. Jangan Ragu meminjam catatan teman



5. FOKUS ! Hal-hal yang kurang penting baiknya ditinaaalkan dahulu..



6. Minta doa & restu orang tua





PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL  
**SMA NEGERI 2 BANTUL**

Alamat: JL. RA Kartini Trirenggo Bantul Telp(0274) 367309, e-mail: smadaba12@yahoo.co.id, website: smen2bantul.sch.id

**PRESENSI PESERTA DIDIK  
TAHUN PELAJARAN 2014/2015**

KELAS : X MIA 2  
WALI KELAS: Dra.ENDANG NALOWATI

NO	NIS	NAMA	L/P	AGAMA	TANGGAL				KET
					11/8	18/8	1/9		
1	9120	ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA	L	Islam	.	.	.		
2	9121	ANNISA PUTRI	P	Islam	.	.	.		
3	9122	ARIE WIDYA HAPSARI	P	Islam	.	.	.		
4	9123	AYU LARAS WATI	P	Islam	.	.	.		
5	9124	DAVINSY PETRA PURNAMA	L	kristen	.	.	.		
6	9125	DESTIA CATUR RINI	P	Islam	.	.	.		
7	9126	DESTY SULISTYOWATI	P	Islam	.	.	.		
8	9127	DEVITA ANGGRAENI	P	Islam	.	.	.		
9	9128	DIAH PURWANTI	P	Islam	.	.	.		
10	9129	ELISABETH NOVA KURNIASARI	P	Katolik	.	.	.		
11	9130	EUFEMIA SHELA INDRIANASARI	P	Katolik	.	.	.		
12	9131	FENI ANDAYAN	P	Islam	.	.	.		
13	9132	FIKKI ARI NUGROHO	L	Islam	.	.	.		
14	9133	HANIFAH NURUL HAYATI	P	Islam	.	.	.		
15	9134	IGNATIUS ESTU PRASTAWA	L	Katolik	.	.	.		
16	9135	JAGAD RESTU NUGROHO	L	Islam	.	.	.		
17	9136	LISMA NUR UTAMI	P	Islam	.	.	.		
18	9137	MERSI LIWA'U DINA	P	Islam	.	.	.		
19	9138	MUHAMMAD FAWWAZ AMRU	L	Islam	.	.	.		
20	9139	NIKEN RETNO PUTRI	P	Islam	.	.	.		
21	9140	NOORMALA SALSABILLA JANNAH	P	Islam	.	.	.		
22	9141	OKI SILVIE WILDIYANTI	P	Islam	.	.	.		
23	9142	RIZKA AULIA RAHMAH	P	Islam	.	.	.		
24	9143	SATRIO HADI PANGESTU	L	Islam	.	.	.		
25	9144	SRI RETNONINGSIH	P	Islam	.	.	.		
26	9145	SYANE LEOLA SIERITA	P	Islam	.	.	.		
27	9146	TOTO BUDI TRAPSILO	L	Islam	.	.	.		
28	9147	WAHYUDI	L	Islam	.	.	.		
29	9148	YUNI DEWI ASTUTI	P	Islam	.	.	.		
30	9149	ZAINAL ARIFIN	L	Islam	.	.	.		

JUMLAH : 30  
LAKI-LAKI : 10  
PEREMPUAN : 20  
ISLAM : 26  
KATHOLIK : 3  
KRISTEN : 1

GURU MAPEL





PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL  
SMA NEGERI 2 BANTUL

Alamat: JL. RA Kartini Trirenggo Bantul Telp(0274) 367309  
Email : smadaba12@yahoo.co.id Web: www.sma2bantul.sch.id

PRESENSI PESERTA DIDIK  
TAHUN PELAJARAN 2014/2015

KELAS : XII IPA 1  
WALI KELAS : Sini Aliyah, S.Pd

MATA PELAJARAN :

NO	NIS	NAMA	L/P	AGAMA	TANGGAL												KET						
					14/7	15/7	16/7	17/7	18/7	19/7	20/7	21/7	22/7	23/7	24/7	25/7							
1	8619	ADITYA PRASETYA WIBAWA	L	KRISTEN	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
2	8639	ANNISA MAHFUDZIA	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
3	8646	ASHIL HIRKAHUSNA	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
4	8665	DEVI SEFTIANA	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
5	8672	DIAN TRISNATIANTI RAHMI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
6	8677	DWI SEPTIAN	L	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
7	8683	ELVANITA LIA YULIANTINI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
8	8694	ERLITA EKA PUTRI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
9	8695	ERNA WORO SUTARTI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
10	8713	GITA NAWANGSASIH	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
11	8765	NIKEN ANDRIYANI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
12	8769	NITA TRISTIANA DEVI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
13	8772	NOVI DWI ASTUTI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
14	8775	NUR UTAMI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
15	8805	SILVIANA YULISTARI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
16	8810	SUCIANA	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
17	8813	SURATRI UTAMI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
18	8815	TANTO NUGROHO	L	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
19	8821	UKHTI PANGESTI	P	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
20	8827	WAHYU NUR ROCHMAN	L	ISLAM	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*

JUMLAH : 20  
LAKI-LAKI : 4  
PEREMPUAN : 16  
ISLAM : 19  
KATHOLIK : 0  
KRISTEN : 1

GURU MAPEL



FOTO KEGIATAN PPL BK UNY 2014

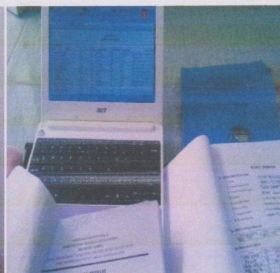
Bimbingan Klasikal



Konseling Individual



Pengentrian Data Siswa Asuh



Home Visit

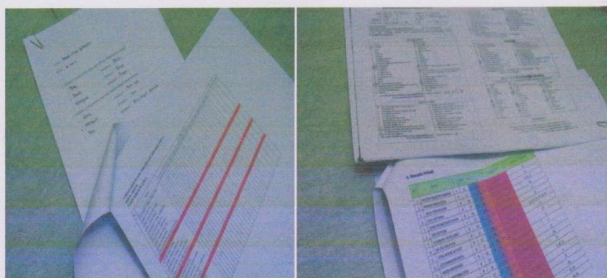


Bimbingan Kelompok



Angket Sosiometri

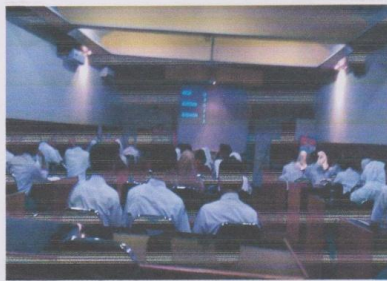
Angket Media Lacak Masalah



Konseling Kelompok



Pembentukan Struktur Kepengurusan PIK-R



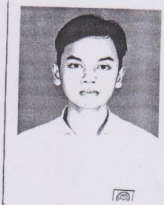


PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON NORMAL  
SMA NEGERI 2 BANTUL

Alamat Jalan RA. Kartini Tlirenggo Bantul. Telp. 0274. 367309. Fax. 0274. 367309  
e-mail smadaba12@yahoo.co.id , website : sman2bantul.sch.id

### KARTU PRIBADI

Nama Siswa : ACHMAD ILHAM SYAHPUTRA  
Nomor Induk : .....  
Masuk Tahun Ajaran : 2014 / 2015  
Asal SMP : SMP N 1 IMOIRI  
Alamat SMP : Jl. IMOIRI TIMUR Km. 12  
Alamat Rumah : KARANG SEMUT, TRIMULYO, JETIS BANTUL  
Nomor Telp/HP : 083867476657





ii. Kawan Akrab, 1. disekolah, 2. dirumah (tuliskan minimal 2 anak)

Nama	Sekolah/Kelas	Alamat Rumah	Alasan Berkawan
1 A. Pesta			Kocak
B.			
C.			
2 A.			
B.			
C.			

iii. Kegiatan Organisasi di Sekolah/di Masyarakat

Nama Organisasi	Alamat Kantor	Bergerak dibidang	Keterangan
			Pengurus/Anggota
			Pengurus/Anggota
			Pengurus/Anggota

VI. DATA BELAJAR

i. Data Akademik di SMA (Lulus SD Tahun...2011...../Lulus SMP Tahun...2014.....)

Jumlah NEM	B. Indonesia	B. Inggris	Matematika	IPA	Rangking
SD :	9		9,5	9,75	2
SMP :	8,6	9,2	9,75	9,5	20

ii. Data Akademik di SMA

No	Mata Pelajaran	1	2	3	4	5	6
1.	Pendidikan Agama						
2.	PPKN						
3.	Bahasa & Sastra Indonesia						
4.	Bahasa Inggris						
5.	Matematika						
6.	Kesenian						
7.	Penjaskes						
8.	Sejarah						
9.	Geografi						
10.	Ekonomi						
11.	Sosiologi						
12.	Fisika						
13.	Kimia						
14.	Biologi						
15.	Bahasa Jawa						
16.	Prakarya						
17.							
	Jumlah						
	Rata-rata						

iii. Yang Membantu Belajar di Rumah ( Selalu / Kadang-kadang / Tidak pernah )

Ayah	Ibu	Saudara	Teman	Guru Privat	Guru Mata Pelajaran
Kadang	Kadang	Kadang	Tidak pernah	Tidak pernah	Tidak pernah

iv. Sarana/Prasarana Belajar

Ruang Belajar	Lingkungan Belajar	Penerangan	Kamus	Buku Paket	Alat Tulis
Ada/Tidak	Tenang/Ramai	Terang/Tidak	Ada/Tidak	Lengkap/Tidak	Lengkap/Tidak

v. Waktu dan Masalah Belajar

Kapan Anda Belajar	Jam Berapa	Kelompok Belajar	Hambatan Belajar
Pagi hari :	Jam. 07.00..s/d..12.00..	Ada/Tidak. Dengan teman sekelas	Kadang suasana ramai
Sore hari :	Jam.....s/d.....	Ada/Tidak. Dengan .....	
Malam hari :	Jam. 17.00..s/d..21.00..	Ada/Tidak. Dengan .....	

VII. MINAT DAN CITA-CITA

i. Minat Belajar

Pelajaran Yang Disukai	Kurang Disukai	Tidak Disukai	Keterangan
1. IPA	IPS		
2. MTK	PKn		

ii. Cita-cita Karir

Pegawai Negeri	Pegawai Swasta	Wiraswasta	TNI/POLRI	Lain-lain

VIII. HOBBY YANG DITEKUNI

Olah Raga	Seni	Sastra	Lain-lain
Sepak bola	Bermain gitar		

IX. CATATAN PENTING SISWA

Sikap/Tingkah Laku Siswa	Masalah Yang Dialami Siswa	Penyelesaian

X. DAFTAR MUTASI SISWA

Keluar Sekolah Tahun	Alasan	Keterangan
2014	Lulus	

XI. DATA KELUARGA (WALI SISWA)

Nama	Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Agama	Alamat Rumah	Telp/HP

XII. Apakah anda termasuk dalam golongan keluarga miskin?  Ya  Tidak

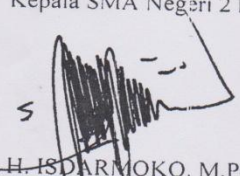
Jika "ya" lampirkan bukti kartu jaminan

1.  KPS
2.  Jamkesmas
3.  Kartu Perlindungan Hidup
4.  Jamkesda
5.  SKTM

Tolong lampirkan bukti tersebut beserta :

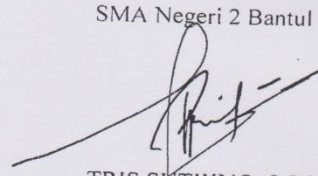
1. Foto kopi KTP orang tua
2. Foto kopi KK

Mengetahui,  
Kepala SMA Negeri 2 Bantul

  
Drs. H. ISDARMOKO, M.Pd, MM Par

NIP. 196407271993031003

Koordinator BK  
SMA Negeri 2 Bantul

  
TRIS SUTIKNO, S.Pd

NIP. 195809171986021004

**STRUKTUR KEPENGURUSAN PIK-R  
SMA N 2 BANTUL  
2014/2015**

Ketua	: Raihan
Wakil Ketua	: 1. Widiastuti 2. Hersaga
Sekretaris	: 1. Tiwi 2. Carolina
Bendahara	: 1. Natalia 2. Shela
Humas	: 1. Luthfi 2. Ikhsan



# KARTU BIMBINGAN PPL

## PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL

LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY  
TAHUN 2014

# F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMA N 2 BANTUL  
 Alamat Sekolah : Jl. RA Kartini, Trenggeng, Bantul  
 Nama DPL PPL : Dr. Muh. Nurwahid, M. S.  
 Prodi / Fakultas DPL PPL : BK / FIP  
 Jumlah Mahasiswa PPL : 2

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL
1	15-8-2014	2	Program BK		f.
2	20-8-2014	2	Pencapaian Ind. & Suby. Hstn		h.
3	25-8-2014	2	Bimbingan fixen		f.

**PERHATIAN :**  
 - Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL (1 kartu untuk 1 prodi).  
 - Kartu bimbingan PPL ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL setiap kali bimbingan di lokasi.  
 - Kartu bimbingan PPL ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL untuk keperluan administrasi.

Mengetahui,  
 Kepala Sekolah / Lembaga  
  
 Drs. Isdianto, M.Pd., M.M. Par  
 Agnes-L

Bantul, 18 September 2014  
 Mhs PPL Prodi BK  
  
 Anggoro Dyan, w-A