

LAPORAN INDIVIDU

LOKASI SMA NEGERI 1 SRANDAKAN

Disusun Guna Memenuhi Tugas Akhir dan Pertanggungjawaban
Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
Dosen Pengampu: Dr. Muhammad Nur Wangid M.Si



Oleh:
FILASTRI KURNIASARI
13104241040

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, kami pembimbing PPL di SMA Negeri 1 Srardakan Bantul, menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Filastri Kurniasari

NIM : 13104241040

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Fakultas Ilmu Pendidikan

telah melaksanakan kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Srardakan Bantul mulai tanggal 15 Juli – 15 September. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Bantul, 15 September 2016

Mengesahkan,

Dosen Pembimbing Lapangan

Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si

NIP. 19660115199303 1 003

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, S.Pd

NIP. 19580917198601 1 004

Mengetahui,

Kepala Sekolah



SMA Negeri 1 Srardakan

Ds. Witarto

NIP. 19591005 198503 1 016

Koordinator PPL

SMA Negeri 1 Srardakan

Badriah, S.Pd

NIP. 19680703 199903 2 005

MOTTO

Senyuman, keramahan, dan menyentuh hati adalah seni konseling untuk memahami manusia secara utuh.

PERSEMBAHAN

Laporan PPL ini saya persembahkan untuk:

Bapak, Ibu, mbak dan adik-adik saya serta orang-orang di samping saya yang selalu memberikan semangat dan motivasi untuk saya.

PENDAHULUAN

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di SMA 1 Srandonan dapat diselesaikan tepat pada waktunya dan laporan pelaksanaannya dapat terselesaikan dengan baik.

Laporan ini merupakan gambaran dari kegiatan PPL yang telah dilakukan mahasiswa praktikan mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Dalam kurun waktu tersebut penyusun telah melaksanakan berbagai kegiatan yang berkaitan dengan layanan Bimbingan dan Konseling di SMA N 1 Srandonan. Saya menyadari bahwa PPL tidak akan berjalan dengan baik tanpa bantuan, bimbingan dan pengarahan serta kerjasama dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini praktikan mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. LPPMP dan UPPL Universitas Negeri Yogyakarta selaku penanggung jawab kegiatan PPL yang telah memberikan pengarahan, bimbingan, serta bekal pengetahuan dan keterampilan.
3. Bpk Dr. Muhammad Nur Wangid selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL BK yang telah banyak memberikan bimbingan dan masukan selama proses pelaksanaan dan penyusunan laporan PPL.
4. Bapak Drs. Witarso, selaku Kepala Sekolah SMA N 1 Srandonan yang telah memberikan izin dan menyediakan fasilitas kepada praktikan untuk melakukan kegiatan PPL BK di SMA N 1 Srandonan.
5. Ibu Badriah S.Pd, selaku koordinator PPL di SMA N 1 Srandonan yang telah mengarahkan jalannya PPL di SMA N 1 Srandonan
6. Bapak Tris Sutikno, SP.d, selaku koordinator BK dan guru pembimbing lapangan yang telah membimbing praktikan selama PPL di SMA N 1 Srandonan
7. Khairu Ilaina S.Pd, selaku guru BK di SMA N 1 Srandonan
8. Bapak/Ibu guru serta seluruh karyawan SMA N 1 Srandonan yang banyak membantu pelaksanaan PPL BK.
9. Khoirunissa Zukrufiddin sebagai *partner* terbaik sekaligus sahabat yang saling mendukung, membantu, dan menyemangati.
10. Teman-teman dari PPL UNY yang telah bersama-sama berjuang, saling membantu, mendukung, dan menyemangati (Dalmaji, Anwar, Ainun, Syfa, Eny, Labib, Dika, Isna, Alan, Vida, Rahma, dan Intan)
11. Seluruh siswa siswi SMA N 1 Srandonan yang telah bekerja sama dengan baik.
12. Keluarga tercinta yang selalu setia memberikan semangat dan dukungan serta doa yang selalu membuat penyusun bahagia.
13. Serta pihak-pihak yang telah banyak membantu yang tak bisa disebutkan satu per satu.

Penyusun menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam pelaksanaan program PPL serta dalam penyusunan laporan ini. Untuk itu penyusun mengharap kritik dan saran

dari berbagai pihak demi perbaikan dimasa mendatang. Semoga laporan ini bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan.

Yogyakarta, 15 September 2016
Praktikan,

Filastri Kurniasari
NIM. 13104241040

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBERAHAN.....	v
PENDAHULUAN	vi
ABSTRAK.....	vii
BAB I PENGANTAR	
A. Alasan Praktik.....	1
B. Tujuan Praktik	1
C. Tempat dan Subyek Praktik.....	2
D. Materi Praktik	8
a. Layanan Dasar	8
b. Layanan Responsif.....	10
c. Perencanaan Individul	12
BAB II PEMBAHASAN	
A. Persiapan Program dan Rancangan Kegiatan PPL	13
B. Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah	16
a. Layanan Dasar	16
b. Layanan Responsif.....	18
c. Perencanaan Individul	25
d. Program Tambahan	25
e. Program Isidental.....	25
C. Hambatan Pelaksanaan PPL	26
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	27
B. Kesimpulan.....	28
DAFTAR PUSTAKA	30

LAPORAN INDIVIDU
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
SMA NEGERI 1 SRANDAKAN

ABSTRAK

Oleh:

Filastri Kurniasari

13104241040

Pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan merupakan salah satu mata kuliah praktek wajib bagi mahasiswa Kependidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan bobot 3 sks praktik. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan salah satu kegiatan latihan yang bersifat intrakulikuler. Kegiatan ini diselenggarakan dalam rangka peningkatan keterampilan, pemahaman aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk program layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah secara profesional.

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) yang dilaksanakan di SMA NEGERI 1 SRANDAKAN. Kegiatan meliputi dengan penyusunan program kerja, pelaksanaan layanan BK, dan pembuatan laporan.

Materi praktik Bimbingan dan Konseling di sekolah mengacu pada kerangka kerja atau program Bimbingan dan Konseling di sekolah tempat praktik. Kegiatan Bimbingan dan Konseling disekolah dimulai dengan penyusunan program. Terdapat empat komponen program Bimbingan dan Konseling yang menjadi fokus mahasiswa dalam melaksanakan PPL yaitu pelayanan dasar, pelayanan responsif, perencanaan individual, dan dukungan sistem. Program yang telah dilaksanakan adalah pelayanan dasar, pelayanan responsif, dan perencanaan individual, program tambahan dan program isidental.

Kata kunci: *PPL, BK, SMA NEGERI 1 SRANDAKAN*

BAB I

PENGANTAR

A. Alasan Praktik

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan salah satu kegiatan latihan yang bersifat intrakurikuler. Kegiatan ini diselenggarakan dalam rangka peningkatan keterampilan, pemahaman aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk program layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah secara profesional.

Program studi Bimbingan dan Konseling mempunyai tugas menyiapkan dan menghasilkan guru pembimbing yang memiliki nilai dan sikap serta pengetahuan dan keterampilan yang profesional. Alumni program studi Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya sebagai guru Bimbingan dan Konseling yang membantu tercapainya tujuan pendidikan.

Oleh karena itu dalam rangka menyiapkan tenaga kependidikan (guru bimbingan dan konseling) yang profesional tersebut program studi Bimbingan dan Konseling menyelenggarakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Untuk melaksanakan hal tersebut mahasiswa diterjunkan ke sekolah dalam jangka waktu tertentu untuk mengamati, mengenal dan mempraktikkan semua kompetensi yang wajib dilakukan oleh seorang guru Bimbingan dan Konseling sebagai tenaga profesional dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

B. Tujuan Praktik

Praktik Pengalaman Lapangan atau PPL Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah dimaksudkan agar mahasiswa dapat mempraktikkan teori yang diperoleh selama kuliah, sehingga memperoleh keterampilan khusus sesuai dengan keahlian dalam profesi Bimbingan dan Konseling. Praktik BK memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menunjukkan semua kompetensi yang telah dimiliki di bawah arahan guru dan dosen pembimbing.

Secara khusus PPL BK bertujuan agar mahasiswa memperoleh pengalaman faktual tentang pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah serta kegiatan-kegiatan kependidikan lainnya. Mahasiswa diharapkan dapat menggunakan pengalaman tersebut sebagai bekal untuk membentuk profesi konselor di sekolah (guru bimbingan dan konseling) yang profesional.

C. Tempat dan Subyek Praktik

1. Tempat Praktik

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan di SMA N 1 Srandonan ini terletak di jalan Pandansimo No. 1, Trimurti, Srandonan, Bantul. Dalam rangkaian kegiatan PPL, praktikan perlu mengetahui kondisi awal sekolah yang akan menjadi tempat pelaksanaan kegiatan. Sehubungan dengan hal itu maka praktikan PPL melakukan kegiatan observasi pada tanggal 22 Februari 2016 di SMA N 1 Srandonan untuk mengetahui potensi sekolah, kondisi fisik ataupun non-fisik serta kegiatan praktik belajar, mengajar yang berlangsung. Hal ini dimaksudkan agar praktikan dapat mempersiapkan program-program kegiatan yang akan dilaksanakan dalam PPL di SMA N 1 Srandonan. Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan, diperoleh data sebagai berikut:

1. Visi, Misi, dan Tujuan SMA Negeri 1 Srandonan
 - a. Visi SMA Negeri 1 Srandonan

Terbentuknya siswa “cerdas, terampil, kompetitif, berkepribadian Indonesia, dan berakhhlak mulia”
 - b. Misi SMA Negeri 1 Srandonan
 - 1) Melaksanakan proses pembelajaran yang aktif, inovatif, kreatif, dan menyenangkan
 - 2) Melaksanakan pembelajaran yang berbasis ilmu pengetahuan, teknologi, dan ketakwaan
 - 3) Melaksanakan pembelajaran keterampilan hidup (*life skill*) sebagai bekal hidup di masyarakat
 - 4) Melaksanakan pendidikan yang kompetitif tingkat lokal, nasional, internasional
 - 5) Melaksanakan pendidikan berakhhlak mulia, tertib, disiplin, jujur, dan tanggung jawab
 - 6) Menyelenggarakan berbasis budaya dan berkepribadian bangsa Indonesia
 - c. Tujuan Sekolah
 - 1) Terwujudnya lulusan peserta didik yang bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhhlak mulia

- 2) Terwujudnya lulusan menjadi manusia yang berkepribadian cerdas, berkualitas, dan berprestasi dalam bidang ilmu pengetahuan, olahraga, dan seni
- 3) Terwujudnya lulusan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi
- 4) Terwujudnya pendidikan yang berbasis teknologi informatika dan komputer
- 5) Pelaksanaan pendidikan life skill agar peserta didik memiliki sikap kompetitif, sportif, adaptif tingkat lokal, nasional, maupun internasional
- 6) Pencapaian pendidikan yang berbasis budaya dan berkepribadian bangsa Indonesia

1. Kondisi Fisik

SMA Negeri 1 Srandakan berlokasi di Jalan Pandansimo Km 01 tepatnya di Dusun Gerso, Desa Trimurti, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul. Sekolah ini merupakan satu-satunya Sekolah Menengah Atas (SMA) di kecamatan Srandakan. Sekolah ini mempunyai luas tanah 1800 m² yang berstatus di bawah Kementerian Pendidikan.

Secara geografis SMA Negeri 1 Srandakan terletak di daerah pinggiran Kota Bantul tepatnya barat daya perbatasan Kabupaten Bantul dan Kulonprogo. Sekolah ini berada di antara lapangan sepak bola dan area persawahan yang membentang Sungai Progo .

Adapun batas -batas wilayah SMA N 1 Srandakan adalah sebagai berikut :

- a. Sebelah barat : Sungai Progo
- b. Sebelah timur : Dusun Gerso (perumahan penduduk)
- c. Sebelah Utara : Polsek Srandakan Bantul
(Lapangan Sepak Bola)
- d. Sebelah Selatan : Dusun Gerso (pemukiman penduduk)

Letak SMA Negeri 1 Srandakan dikatakan strategis, karena dekat dengan jalan raya sehingga mudah dijangkau oleh angkutan umum. Lingkungan sekitar sekolah merupakan daerah perkampungan yang masih alami. Serta teduh dengan suasana pedesaan. Kondisi inilah yang menciptakan proses kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 1 Srandakan nyaman dan kondusif.

SMA Negeri 1 Strandakan dilengkapi dengan berbagai fasilitas penunjang untuk memperlancar aktivitas akademik maupun non akademik. Fasilitas penunjang tersebut antara lain:

No	Nama Ruang	Jumlah
1	Aula	1
2	Ruang Kerja Kepala Sekolah	1
3	Ruang Rapat Kepala Sekolah	1
4	Ruang Guru	1
5	Ruang Bimbingan Konseling	1
6	Ruang Kelas	13
7	Ruang Perpustakaan	1
8	Ruang Sirkulasi Buku	1
9	Ruang Tata Usaha	1
10	Ruang Keterampilan	1
11	Ruang Laboratorium Komputer	1
12	Ruang Laboratorium Biologi	1
13	Ruang Laboratorium Fisika	1
14	Ruang Laboratorium Kimia	1
15	Ruang Gulat	1
16	Ruang OSIS	1
17	Lapangan Upacara	1
18	Lapangan Volly	1
19	Lapangan Basket	1
20	Lapangan Lompat Jauh	1
21	Masjid	1
22	Ruang Pos Satpam	1
23	Tempat Parkir Guru Karyawan	1
24	Tempat Parkir Siswa	1
25	Kamar Mandi Guru Karyawan	2
26	Kamar Mandi Siswa	6
27	Kantin	3
28	Gudang	2
29	Dapur	1

SMA Negeri 1 Strandakan memiliki 13 ruang kelas yang terdiri dari 5 ruang kelas X, 4 ruang kelas XI, dan 4 ruang kelas XII. SMA Negeri 1

Srandakan juga telah dilengkapi dengan fasilitas-fasilitas pendukung lainnya seperti hostpot area, LCD, fasilitas olahraga, dan lain-lain.

2. Kondisi non Fisik.

a. Potensi Peserta Didik

Tahun pelajaran 2016/2017 SMA Negeri 1 Srandakan mempunyai 316 siswa yang terdiri dari 147 laki-laki dan 169 perempuan dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 2.1 Jumlah Siswa SMA Negeri 1 Srandakan

No	Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1	X 1	14	12	26
2	X 2	14	12	26
3	X 3	12	14	26
4	X 4	13	13	26
5	X 5	14	12	26
6	XI IPA 1	8	19	27
7	XI IPA 2	8	17	25
8	XI IPS 1	15	9	24
9	XI IPS 2	15	10	25
10	XII IPA 1	13	9	22
11	XII IPA 2	8	14	22
12	XII IPS 1	6	15	21
13	XII IPS 2	7	13	20
	Jumlah	147 siswa	169 siswa	316 siswa

SMA Negeri 1 Srandakan mempunyai segudang prestasi di bidang non akademik yang telah menjadi kebanggaan sekolah. Terbukti oleh prestasi siswanya dalam memenangkan beberapa lomba antarsekolah diberbagai bidang seperti bidang olahraga meliputi pencak silat, gulat, lompat jauh, lari, bidang keagamaan meliputi MTQ, CCA, dan lain-lain baik tingkat kecamatan maupun provinsi.

Untuk menggali minat dan bakat peserta didik baik dibidang akademik, kesenian, maupun olahraga maka sekolah mengadakan kegiatan di luar jam pelajaran yakni adanya kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Srandakan merupakan wadah penyaluran bakat dan minat siswa. Ekstrakurikuler sebagai salah satu

alat pengenalan siswa terhadap hubungan sosial yang di dalamnya terdapat pendidikan pengenalan diri dan pengembangan kemampuan selain pemahaman materi pembelajaran.

Adapun ekstrakurikuler yang diikuti antara lain:

Ekstrakurikuler Wajib	strakulikuler Pilihan
1. Pramuka (wajib untuk kelas X)	1. Bola basket
	2. Sepak bola
	3. Gulat
	4. Renang
	5. PMR
	6. PIK R
	7. Seni tari

b. Potensi Guru

Jumlah guru di SMA Negeri 1 Srandakan yaitu 27 guru. Secara umum, guru di SMA Negeri 1 Srandakan telah menyelesaikan pendidikan strata 1. Staf pengajar di SMA Negeri 1 Srandakan sebagian besar telah menjadi pegawai negeri sipil dan sebagian kecil masih menjadi guru tidak tetap.

Tabel 2.2 Data Guru

No	Nama Guru	Jabatan
1	Drs. Witarso	Kepala Sekolah
2	Dra. Mimik Yuni Astuti	Guru Penjasorkes
3	Th. Sri Ngesti S.Pd	Guru PKn
4	Dra. Hariningsih	Guru Sejarah
5	Dra Hj. Suharmini M.Pd	Guru Ekonomi
6	Ag. Suwondo S.Pd	Guru Fisika
7	Dra. Sri Hastuti	Guru Bahasa Indonesia
8	Dra. Suti Sulasi	Guru Bimbingan Konseling
9	Dra. Ismi Nuryati	Guru Geografi
10	Badriah S.Pd	Guru Matematika
11	Purna Suriyanti S.Pd	Guru Bahasa Inggris
12	Rujinem S.Pd	Guru Kimia
13	Enny Trisnawati S.Pd	Guru Biologi
14	Dra. Sri Suharmini	Guru Bahasa Indonesia
15	Elfiana Nurjannah	Guru Sosiologi

16	Anna Suryaningsih	Guru Ekonomi
17	Is Endri Akhzan S.Pd	Guru Bahasa Inggris
18	Fitriyani P S.Pd	Guru Bahasa Jawa
19	Drs. Sapardi	Guru Agama Islam
20	Dra. Zetik Widayati R	Guru PKn
21	Dasuki Wibawa S.Pd	Guru Ketrampilan
22	Drs. Tris Sutikno	Guru BK
23	Waldini S.Pak	Guru Agama Kristen
24	Rasyid Umardani S.Pd	Guru Seni Budaya
25	Hastin Lestari S.Pd	Guru TIK
26	Anna Easti R.M.S S.Pd	Guru Matematika
27	Tiwi Yulistiyorini S.Pd	Guru Matematika

c. Potensi Karyawan

Pada saat ini jumlah karyawan SMA Negeri 1 Srandakan ada 11 orang. Kesebelas orang karyawan tersebut dapat dirinci sebagai berikut:

No	Nama Karyawan	Bidang	Status
1	Drs. Abadi Wiyono	Pengurus gudang	PTT
2	Sugeng Riyanto SE	Kesiswaan	PTT
3	Meylasari Susanpur Amd	Kepegawaian	PTT
4	Supi Winarsih	petugas perpustakaan	PTT
5	Widarti	petugas perpustakaan	PTT
6	Sugeng Widoso (Pj sek)	Penjaga sekolah	PTK
7	Guntur	Satpam	PTT
8	Sagi	Pesuruh	PTT
9	Sugeng Widodo (Pj sek)	Penjaga malam	PTT
10	Sapari	Penjaga malam	PTK
11	Auri Yunianta Prasetya	Laboran Lab IPA	PTK

d. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 1 Srandakan untuk hari Senin dimulai pukul 07.00 WIB sampai pukul 13.00 WIB, sedangkan hari Selasa sampai kamis dimulai pukul 07.00 WIB sampai 13.45 WIB. Pada hari jumat kegiatan belajar mengajar dimulai pukul 07.00 WIB sampai pukul 11.00 WIB. Pada hari Sabtu kegiatan belajar mengajar di dimulai pukul 07.00 WIB sampai pukul 12.00 WIB.

Kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 1 Srandakan berjalan dengan lancar, karena setiap guru pada umumnya telah dibekali dengan kualifikasi pendidikan dan kompetensi yang baik.

2. Subyek Praktik

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan di SMP N 3 Kalasan, dilaksanakan di kelas X 2, X 3, X 4 dan X 5, XI IPA 1, XII IPS 1. Jumlah rata-rata siswa tiap kelas 24-26 siswa. Pelaksana dalam PPL sebagai penyusun laporan ini adalah mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : Filastri Kurniasari

NIM : 13104241040

D. Materi Praktik

Materi praktik Bimbingan dan Konseling di sekolah mengacu pada kerangka kerja atau program Bimbingan dan Konseling di sekolah tempat praktik. Kegiatan Bimbingan dan Konseling di sekolah dimulai dengan penyusunan program. Penyusunan program Bimbingan dan Konseling di sekolah dimulai dari kegiatan asesmen baik asesmen lingkungan maupun asesmen kebutuhan atau masalah peserta didik sebagai landasan pemberian layanan Bimbingan dan Konseling.

Terdapat empat komponen program Bimbingan dan Konseling yang menjadi fokus mahasiswa dalam melaksanakan PPL yaitu pelayanan dasar, pelayanan responsif, perencanaan individual dan dukungan sistem. Pelaksanaan program dilaksanakan melalui strategi implementasi program sebagai berikut:

1. Pelayanan Dasar

Pelayanan dasar adalah proses pemberian bantuan kepada seluruh konseli melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam rangka mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap dan tugas-tugas perkembangan yang diperlukan.

a. Bimbingan Kelas

Bimbingan klasikal meliputi 4 bidang bimbingan yaitu bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Keempat bidang bimbingan tersebut diberikan masing-masing 1 judul materi yang disampaikan melalui bimbingan klasikal.

b. Pelayanan Orientasi

Pelayanan ini merupakan suatu kegiatan yang memungkinkan peserta didik dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, terutama lingkungan sekolah. Penyampaian layanan orientasi dapat dilakukan secara lisan maupun tertulis.

c. Pelayanan Informasi

Layanan informasi adalah suatu materi kegiatan yang berupa informasi atau keterangan yang akan disampaikan kepada siswa yang dipandang bermanfaat bagi peserta didik melalui komunikasi langsung, maupun tidak langsung (melalui media cetak seperti: papan bimbingan, leaflet, katalog)

d. Bimbingan Kelompok

Pelayanan bimbingan kepada peserta didik melalui kelompok-kelompok kecil (2 s.d. 12 orang). Bimbingan ini ditujukan untuk merespon kebutuhan dan minat para peserta didik. Topik yang didiskusikan dalam bimbingan kelompok ini, adalah masalah yang bersifat umum (*common problem*) dan tidak rahasia, seperti: menjalin hubungan baik dengan teman.

e. Pelayanan Pengumpulan Data (Aplikasi Instrumentasi)

Aplikasi instrumentasi bimbingan dan konseling adalah mengumpulkan data dan keterangan tentang peserta didik baik dengan tes maupun non-tes (DCM dan kartu pribadi).

f. Pelayanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan penempatan dan penyaluran dimaksudkan untuk memungkinkan siswa berada pada posisi yang tepat yaitu berkenaan dengan peminatan dan kelompok belajar yang lebih tinggi sesuai dengan kondisi fisik dan psikisnya

2. Pelayanan Responsif

a. Konseling Individual dan Kelompok

Pemberian pelayanan konseling ini ditujukan untuk membantu peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya. Konseling ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok. Layanan konseling individual adalah layanan langsung secara tatap muka dengan praktikan dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalahnya. Layanan konseling kelompok layanan langsung secara tatap muka dengan praktikan dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalahnya melalui dinamika kelompok.

b. Referal (Rujukan atau Alih Tangan)

Apabila praktikan/calon konselor merasa kurang memiliki kemampuan untuk menangani masalah konseli, maka sebaiknya dirinya mereferal atau mengalih tanggalkan konseli kepada pihak lain yang lebih berwenang, seperti psikolog, psikiater, dokter, dan kepolisian. Konseli yang sebaiknya direferal adalah mereka yang memiliki masalah, seperti depresi, tindak kejahatan (kriminalitas), kecanduan narkoba, dan penyakit kronis.

c. 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 pribadinya), membantu memecahkan masalah peserta didik, dan mengidentifikasi aspek-aspek bimbingan yang dapat dilakukan oleh guru mata pelajaran.

d. 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/madrasah, tetapi juga oleh orang tua di rumah.

e. Kolaborasi dengan Pihak-Pihak Terkait di Luar Sekolah

Berkaitan dengan upaya Sekolah untuk menjalin kerjasama dengan unsur-unsur masyarakat yang dipandang relevan dengan peningkatan mutu pelayanan bimbingan.

f. Konsultasi

Konselor menerima pelayanan konsultasi bagi guru, orang tua, atau pihak pimpinan Sekolah/Madrasah yang terkait dengan upaya

membangun kesamaan persepsi dalam memberikan bimbingan kepada para peserta didik, menciptakan lingkungan Sekolah yang kondusif bagi perkembangan peserta didik.

g. Bimbingan Teman Sebaya (*Peer Guidance/Peer Facilitation*)

Bimbingan teman sebaya ini adalah bimbingan yang dilakukan oleh peserta didik terhadap peserta didik yang lainnya. Peserta didik yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh konselor. Peserta didik yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor atau tutor yang membantu peserta didik lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya.

h. Konferensi Kasus

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

i. Mediasi

Mediasi adalah suatu layanan di mana konselor memfasilitasi bertemuanya dua belah pihak yang saling bersitegang. Dalam mediasi peran konselor sangatlah penting untuk meredam ketegangan antara dua belah pihak yang berseteru sehingga kedua belah pihak bisa berpikir jernih untuk menemukan jalan keluar yang menguntungkan kedua belah pihak.

j. Monitoring Sekolah

Monitoring sekolah adalah memantau pembelajaran, siswa, dan lingkungan sekolah, dalam rangka untuk memperoleh berbagai keterangan-keterangan, dan informasi yang diperlukan dalam pemahaman lingkungan dan permasalahan siswa, dan untuk pembahasan serta pengentasan permasalahan siswa tersebut.

k. Kunjungan Rumah (*Home Visit*)

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

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. 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.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan Program dan Rancangan Kegiatan PPL

Kegiatan PPL dilaksanakan untuk menerapkan hasil pendidikan yang telah diperoleh selama kuliah guna mendapatkan pengalaman proses pembelajaran di kelas sesungguhnya. Hal ini dimaksudkan untuk memperolah keterampilan pendidikan secara langsung agar profesionalisme dan kompetensi sebagai guru BK dapat berkembang.

Program PPL merupakan mata kuliah sebesar 3 SKS yang harus ditempuh oleh mahasiswa kependidikan UNY. Saat di tempat praktik, mahasiswa mendapatkan bimbingan untuk melaksanakan praktik layanan BK di sekolah .Rancangan kegiatan PPL disusun setalah mahasiswa melakukan observasi di sekolah. Observasi dilakukan dengan tujuan untuk mengamati kegiatan layanan BK dan siswa, serta lingkungan sekitar dengan maksud agar pada saat PPL mahasiswa benar-benar siap melakukan layanan BK.

Setelah melakukan analisis situasi, praktikan merumusakan program PPL yang djabarkan dalam beberapa agenda kegiatan:

a) Bentuk Kegiatan Program PPL

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan dimulai pada tanggal 15 Juli sampai dengan 15 September 2016 di SMA Negeri 1 Srandakan. Secara garis besar kegiatan PPL sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan di Kampus

Adapun rancangan Praktik Pengalaman Lapangan ini meliputi:

1) Kegiatan Pengajaran Terbatas (*Micro Teaching*)

Micro Teaching merupakan mata kuliah dengan bobot 2 SKS yang dilaksanakan pada semester enam. *Micro teaching* adalah latihan memberikan layanan BK yang dilakukan mahasiswa di kelas yang berada di bawah bimbingan dosen pembimbing. Pemberian mata kuliah ini dimaksudkan untuk mempersiapkan mahasiswa agar siap memberikan layanan BK dengan baik.

2) Pembekalan Khusus

Pembekalan khusus dilaksanakan fakultas atau jurusan yang bersangkutan disesuaikan dengan kebutuhan yang lebih spesifik.

Jadwal pembekalan khusus disesuaikan dengan fakultas masing-masing.

a. Pra PPL

Sebelum kegiatan PPL dimulai,mahasiswa PPL UNY telah melaksanakan:

- 1) Sosialisasi dan koordinasi
- 2) Observasi dan wawancara
- 3) Melakukan need assesment
- 4) Analisis hasil need assessment dan Identifikasi permasalahan
- 5) Koordinasi dengan guru pembimbing
- 6) Meminta persetujuan guru pembimbing PPL sekolah tentang rancangan program yang akan dilaksanakan

b. Observasi dan wawancara

Observasi dan wawancara merupakan kegiatan awal yang dilakukan mahasiswa di tempat praktik berupa observasi fisik dan non fisik. Hal ini meliputi pengamatan aspek (baik sarana prasarana, norma, dan proses kegiatan belajar mengajar, layanan BK) yang ada di sekolah.

c. Melakukan need assessment dan Analisis Hasil

Need assessment merupakan kegiatan yang dilakukan mahasiswa di tempat PPL berupa penyebaran angket DCM ke kapada siswa yang bertujuan untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi siswa. Hasil need assessment ini kemudian di analisis untuk mengetahui tingakatan permasalahan dari yang paling rendah sampai yang paling tinggi.

d. Persiapan Perangkat Pelayanan

1) Menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

Sebagai persiapan layanan mahasiswa harus membuat Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) yang disesuaikan dengan silabus.Saat penyusunan RPP, mahasiswa mengkonsultasikan dengan guru pembimbing dan disesuaikan dengan hasil assesment, observasi dan wawancara. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dibuat untuk satu kali pertemuan (satu-jam pelajaran) atau disesuaikan dengan kebutuhan. Hal ini dimaksudkan agar proses layanan dapat berjalan sesuai rencana atau tidak menyimpang dari pedoman layanan yang ada.

2) Menyusun Perangkat Layanan

Media layanan yang dibuat meliputi: analisis minggu efektif kegiatan sekolah, program tahunan, program semester, silabus,

serta media pembelajaran. Hal ini dilakukan di bawah bimbingan guru pembimbing di sekolah.

3) Persiapan Materi Layanan dan Pembuatan Media Pembelajaran

Materi layanan harus dipersiapkan sedemikian rupa agar pada saat melakukan praktik layanan, praktikan dapat tampil secara maksimal karena telah menguasai materi yang akan disampaikan. Media pembelajaran merupakan faktor penunjang keberhasilan suatu kegiatan layanan BK. Parktikan mengembangkan media layanan dengan menyesuaikan kondisi siswa dan fasilitas sekolah.

4) Melaksanakan Praktik Layanan BK

Pada saat praktik di sekolah, praktikan melaksanakan praktik layanan BK terbimbing dan mandiri dengan dibimbing oleh guru pembimbing. Praktik layanan dilakukan setelah berkonsultasi dengan guru pembimbing. Kesempatan memberikan layanan diberikan guru pembimbing sampai batas waktu penarikan mahasiswa yaitu tanggal 15 September 2016.

5) Menerapkan inovasi dan variasi metode layanan yang sesuai dengan kondisi peserta didik serta keadaan sekolah.

6) Mengadakan Evaluasi Layanan BK

Pada praktik di sekolah, mahasiswa melaksanakan evaluasi guna mengetahui sejauh mana ketuntasan masalah siswa serta ketercapaian tujuan layanan BK.

e. Kegiatan Sekolah

Berbagai macam kegiatan sekolah yang diikuti oleh mahasiswa selama melaksanakan PPL di SMA Negeri 1 Srandakan adalah Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (MPLS), upacara bendera, piket jag, piket salaman pagi.

f. Penyusunan Laporan PPL

Setalah melakukan praktik di sekolah, mahasiswa diharuskan menyusun laporan PPL sebagai syarat kelulusan mata kuliah PPL ini. Laporan PPL berisi pembahasan kegiatan PPL yang diikuti mahasiswa di SMA Negeri 1 Srandakan.

g. Penarikan PPL

Kegiatan penarikan PPL dilakukan pada tanggal 15 September 2016 yang sekaligus menandai berakhirnya kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Srandakan.

B. Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah

1. Layanan Dasar

a. Layanan Orientasi

Pelayanan ini merupakan suatu kegiatan yang memungkinkan peserta didik dapat memahami dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, terutama lingkungan sekolah. Penyampaian layanan orientasi dapat dilakukan secara lisan maupun tertulis. Materi yang disampaikan tentang tata tertib dalam bimbingan klaksikal atau bimbingan kelas yang berklaborasi dengan guru dan pihak luar sekolah seperti kepolisian, Badan Narkotika Nasional (BNN).

b. Bimbingan Klasikal

Kegiatan bimbingan kelas merupakan penyampaian materi layanan di dalam kelas yang berbentuk, diskusi kelas atau *brain storming* (curah pendapat), film, *ekspressive writing*, *ekspressive drawing*, pohon harapan dan permainan. Materi yang disampaikan diantaranya: Berterimakasih kepada orang tua (*un sent letter*), *show your self* (iklan), Sudahkah kamu merencanakan masa depanmu) (*Braim storming*), Maafkanlah, lanjutkan hidupmu (*Ekspressive Writing*), Tanggungjawab kunci kesuksesan (permainan), Membangun kepercayaan (permainan), Menjadi diri sendiri (film), *Draw your future* (*Ekspressive Drawing*) Jujur dan tidak sakit (permainan), Membuat belajar menjadi kegiatan menyenangkan (Permainan), *This is my Story (Story Telling)*, *I can direcy my self* (permainan), *My Window* (Johari Window), dan Menggapai cita dengan pohon harapan (pohon harapan).

c. Pelayanan Informasi

Pelayanan informasi yang dilakukan meliputi pembuatan papan bimbingan, leaflet, dan katalog. Berikut ini uraian layanan informasi yang telah dilakukan:

a) Papan Bimbingan

Tujuan dari layanan ini adalah agar peserta didik memiliki informasi yang memadai, baik informasi tentang dirinya atau pun informasi tentang lingkungannya. Informasi yang diterima oleh siswa merupakan bantuan dalam mengambil keputusan secara tepat dan informasi pengembangan diri berupa lomba-lomba.

b) Leaflet

Sebagai layanan informasi bagi siswa SMA N 1 Srandon dengan materi “Tips cara menghargai orang lain” .Poster ini ditempel di papan informasi dekat ruang BK.

c) Katalog

Sebagai layanan informasi bagi siswa SMA N 1 Srandon dengan materi daftar informasi universitas dan perguruan tinggi dan daftar beasiswa di perguruan tinggi. Katalog ini berbentuk buku yang diletakkan di ruang BK.

d. Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok merupakan penyampaian materi layanan dalam bentuk kelompok yang berbentuk, diskusi kelompok atau *brain storming* (curah pendapat), cerita, tanya jawab. Bimbingan kelompok tersebut diantaranya:

a) Bimbingan Kelompok Hani, Elin

Bimbingan kelompok dalam bidang karir berupa cara mencapai cita-cita dan menghadapi hambatan untuk meraihnya. Menggunakan metode diskusi dan wawancara. Siswa bernama Hani dan Elin dari kelas XII IPA 1, siswa menceritakan cita-citanya yaitu guru (Hani) dan penulis (Elin). Siswa menceritakan bahwa memiliki hambatan berupa biaya untuk kuliah di Perguruan tinggi. Setelah proses bimbingan siswa mengetahui cara menyelesaikan kendala biaya dengan mencari beasiswa dan kuliah sambil bekerja

b) Bimbingan kelompok dengan TW dan DP

Bimbingan kelompok dengan TW dan DP dengan pemaslahan malas belajar. Hasil bimbingan berupa guru BK menggali informasi kepada siswa mengenai bayangan solusi malas belajar dari dalam siswa agar cita-cita menjadi cepat tercapai, meyakinkan bahwa masalah belajar siswa dapat dipecahkan dengan cara yang sudah dipilih yaitu TW dengan cara belajar dan mencari hal baru tentang memasak, mencobacoba terus dan melanjutkan siswa jurusan memasak. Dan solusi Utuk UDP berupa belajar mata pelajaran di sekolah dengan tekun dan mengejar materi pelajaran yang tertinggal

e. Layanan Pengumpulan data

Pengumpulan data yang dilakukan berupa penyebaran angket Kartu Pribadi, dan Daftar Cek Masalah (DCM).

a) Kartu Pribadi

Kartu pribadi menyangkut diri masing-masing siswa secara perorangan. Himpunan data pribadi dilakukan terpisah untuk setiap siswa. Isian data pribadi ini terkait dengan informasi-informasi data siswa kelas X yang akan merupakan siswa baru di sekolah. Data pribadi ini meliputi data diri siswa, data orang tua/ wali, dan penghasilan orang tua/ wali, sosiometri, hambatan belajar dan data riwayat pendidikan, kondisi social ekonomi siswa, dan denah dari rumah ke sekolah. Lembar ini diisi oleh seluruh siswa kelas X.

b) Daftar Cek Masalah (DCM)

Daftar Cek Masalah (DCM) digunakan untuk *need assessment* siswa kelas X. Angket DCM ini disebar dibeberapa kelas saja sebagai sampel dalam penyusunan program kegiatan PPL. Angket DCM yang telah diisi selanjutnya diolah menggunakan *computerized* dengan *Microsoft Excel*. DCM ini bertujuan agar materi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan dan benar-benar sesuai dengan kondisi siswa.

2. Layanan Responsif

a. Konseling Individual

Layanan konseling individual merupakan layanan konseling untuk membantu konseli mengatasi masalahnya dengan jumlah konseli satu (individu). Pelaksanaan konseling menggunakan beberapa teknik yang disesuaikan dengan permasalahan konseli di sekolah. Konseling individual yang telah di laksanakan diantaranya:

a) Konseli KR

Proses konseling dengan konseli KR dilaksanakan sebanyak kali pertemuan konseling sebanyak enam kali dengan permasalahan menuntuk orang tua untuk peduli dan memperhatikan konseli, serta tidak suka di banding-bandangkan dengan saudara perempuannya, dan merasa orang tuanya tidak menyayanginya. Pendekatan yang digunakan adalah Dalam pelaksanaan konseling ini menggunakan pendekatan konseling Reality Therapy. Melalui pendekatan tersebut, didapatkan kesadaran konseli tentang tuntutannya kepada orang tua tidak semestinya dilakukan dan anggapan bahwa orang tuanya tidak menyayanginya tidaklah benar. KR mulai menerima perlakuan orang tuanya yang membanding-bandangkan KR dengan mbaknya bukan semata-mata karena tidak sayang melainkan menyayanginya KR akan

tetapi caranya tidak disukai oleh KR. Mengenai tuntutannya kepada orangtua agar peduli dan memperhatikan konseli melihat realita dimana konseli juga selalu mengecewakan orang tua dengan membolos sekolah, merokok, selalu pulang malam, adalah bukti bahwa kenyataanya konseli juga sering berbuat salah dan tidak sepantasnya menuntut orang tua untuk tidak berbuat salah (tidak peduli dan memperhatikan konseli). Dari sini konseli sadar tidak sepenuhnya kesalahan ada pada pihak orang tua karena kenyataanya konseli justru lebih banyak melakukan kesalahan pada orang tua dan mengecewakan mereka. Konseli menyadari hal itu dan tidak lagi menuntut orang tua untuk menjadi seperti yang KR inginkan.

b) Konseli AY

Proses konseling dengan konseli AY berlangsung selama empat kali pertemuan dengan masalah menganggap masalah orang lain sebagai masalah konseli juga. Pendekatana konseling yang digunakan dalam masalah ini yaitu konseling kelompok Pendekatan yang digunakan adalah Dalam pelaksanaan konseling kelompok ini menggunakan pendekatan konseling non direktif. Konseling non-direktif (*client center therapy*) atau *person center* yang merupakan upaya bantuan pemecahan masalah yang berpusat pada konseli. Melalui pendekatan tersebut, didapatkan suasana berteman sudah seperti biasa sudah tidak ada kesalahpahaman antara Mei dan Santi. Santi mengakui prubahannya yang sering berkata kasar dan kotor dan didukung dengan keterangan Gaby yang memberikan bukti perubahan sikap Santi. Mei menceritakan perihal bahwa dia tidak memberikan informasi apa-apa kepada teman Sinta (KS) tentang perubahan sikapnya dan dikuatkan oleh keterangan Tari sebagai teman dekat Mei. Dari sini Mei menegaskan bahwa dia tidak ingin memberikan informasi apa-apa kedapa teman Santi dan meminta Santi untuk menjelaskan kepada temannya sendiri agar Mei tidak menjadi kambing hitam. Santi memutuskan untuk menjelaskan kepada temannya (KS) bahwa Santi berubah karena ada permasalahan pribadi dan keluarga dan meminta maaf kepada Mei telah salah paham. Akhirnya mereka saling minta maaf dan saling memaafkan dan kembali kekelas bersama-sama, berjejeran dan akrab lagi.

b. Konseling Kelompok.

Siswa yang mengikuti konseling kelompok kali ini adalah siswa yang

mempunyai masalah terhadap teman sekelasnya. Konseli ada 2 yaitu, Santi dan Mei. Konseling kelompok dilakukan di mushola SMA N 1 Srandakan. Masalah siswa berhubungan dengan teman sekelasnya yaitu perubahan sikap Santi yang sering berkata kasar dan kotor. Mei yang merupakan teman satu SMP kaget dengan perubahan ini dan menjadi informan bagi teman sinta (KS) atas perubahan sikap Santi. Mei mengalami kebingungan memberikan informasi apa tidak kepada teman Santi (KS). Di satu sisi Mei takut dianggap profokator antara Santi dan temannya (KS dan juga mantanya) di sisi lain memang Santi sering berkata kasar dan kotor. Ketakutannya terbukti walaupun Mei tidak menceritakan mengapa Sinta beru bahakan tetapi Mei tetap kena getahnya diaggap ember bocor dan di jauhi teman satu kelas. Bahkan Mei dipojokan dan dimusuhi. Dari situ Mei merasa tertekan dan tidak betah berada di kelas. Konseling juga melibatkan 2 siswi lain sebagai anak yang dekat dengan Mei yaitu Tari dan Gaby sebagai anak yang dekat dengan Santi.

Pendekatan yang digunakan adalah Dalam pelaksanaan konseling kelompok ini menggunakan pendekatan konseling non direktif. Konseling non-direktif (*client center therapy*) atau *person center* yang merupakan upaya bantuan pemecahan masalah yang berpusat pada konseli. Melalui pendekatan tersebut, didapatkan suasana berteman sudah seperti biasa sudah tidak ada kesalahpahaman antara Mei dan Santi. Santi mengakui prubahannya yang sering berkata kasar dan kotor dan didukung dengan keterangan Gaby yang memberikan bukti perubahan sikap Santi. Mei menceritakan perihal bahwa dia tidak memberikan informasi apa-apa kepada teman Sinta (KS) tentang perubahan sikapnya dan dikuatkan oleh keterangan Tari sebagai teman dekat Mei. Dari sini Mei menegaskan bahwa dia tidak ingin memberikan informasi apa-apa kedapa teman Santi dan meminta Santi untuk menjelaskan kepada temannya sendiri agar Mei tidak menjadi kambing hitam. Santi memutuskan untuk menjelaskan kepada temannya (KS) bahwa Santi berubah karena ada permasalahan pribadi dan keluarga dan meminta maaf kepada Mei telah salah paham. Akhirnya mereka saling minta maaf dan saling memaafkan dan kembali kekelas bersama-sama, berjejeran dan akrab lagi.

d. Kolaborasi dengan Guru Mapel/ Wali Kelas

Layanan Kolaborasi dengan Guru Mapel/ Wali Kelas merupakan layanan bimbingan yang bekerjasama dengan guru maple/wali kelas. Pelaksanaan kolaborasi dilakukan dalam bentuk kerjasama dengan guru mata pelajaran untuk mengisi kelas dan memberikan motivasi kepada siswa yaitu kelas X.4

dengan guru mata pelajaran bahasa indnesia beliau ibu Dra Sri Hastuti. Kolaborasi ini untuk membantu semangat siswa agar tetap baik sehingga proses kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan efektif dan siswa memiliki kesadaran pentingnya belajar untuk masa depannya.

f. Kolaborasi dengan Orang Tua

Kolaborasi dengan Orang Tua dilakukan pada saat kunjungan rumah. Bertujuan untuk bersama-sama mencari jalan keluar dalam membantu permasalahan siswa (Konseli KR). Dan pada saat pendampingan konsultasi orang tua Fian dari kelas X.4 untuk bekerjasama menjaga semangat belajar Fian walaupun kondisi ekonomi dan keadaan konflik rumah tangga sedang terjadi dan belum terselesaikan dalam jangka waktu yang lama.

g. Kolaborasi dengan Pihak di Luar Sekolah

Dilaksanakan pada saat sosialisasi Anti Korupsi Kolusi dan Nepotisme. Kegiatan ini bekerjasama denga kejaksaaan Bantul dengan memberikan talk show anti KKN untuk semua kelas XII

h. Konsultasi

Layana konsultasi yang telah dilaksanakan diantaranya yaitu:

a) Konseli YA

YA mengalami kebingungan bersikap kepad temen cowok satu kelas yang naksir. YA mengaku tidak ingin pacaran terlebih dahulu tetapi di sisi lain temenya naksir. Solusi yg ia ambil bersikap stay cool pada orang tersebut.

b) Konseli DF

DF memiliki permaslahan tidak terima dengan perkataan ibu kasar dan memperbesar kesalahan sepele. Hasil konseling DF akan menceritakan perlakuan ibunya yang berkata kasar kepada neneknya agar ibunya berubah dan DF bisa berbagi beban dengan nenek sehingga nenek tahuu apa yang menjadi keluh kesah DF terhadap ibunya.

c).Konseli FA

FA memiliki masalah yaitu sakit hati karena merasa telah di PHP (Pemberi harapan Palsu) teman satu kelasnya karena ternyata temannya tersebut sudah punya cewek. Solusi yang diambil FA memastikan kejelasan maksud teman sekelasnya memberi perhatian dan sering main ke rumah FA apa benar karena ingin menjadikan dia pacar atau hanya sekedar teman akrab.

d) Konseli YT

layanan konsultasi kepada YT dengan permasalahan bingung ingin langsung berkarir atau kuliah. Sejak kecil ia bercita-cita ingin menjadi kowat tetapi tidak tega jauh dari orang tua ketika mendapat tempat dinas di luar Jawa. Disisi lain dia punya pandangan ingin kuliah. Ia mengalami kebingungan mendaftar menjadi kowat dahulu atau mendaftar kuliah dahulu, ia ingin dua-duanya atau hanya satu saja. Konselor memberikan penugasan berupa merinci hal positif dan negatif yang ia dapatkan dari kuliah atau mendaftar kowat. Me list kemampuan dan persiapan yang sudah ia lakukan sampai saat ini

Telah dilaksanakan layanan Konsultasi YT mengambil keputusan untuk mendaftar kowat dan kuliah sekaligus. Kowat karena ia sudah mempersiapkan fisik dan mentalnya sejak dahulu seperti, belajar renang, lari, mencari informasi dll. Ingin mendaftar kuliah karena jika ia tidak diterima kowat ia bisa langsung menjadi mahasiswa. Ia ingin memanfaatkan jalur snmptn terlebih dahulu dengan pertimbangan ia hanya meng input data tanpa harus melakukan tes langsung, di sisi lain ia mendaftar proses pendaftaran kowat.

e) Konseli NP

Konsultasi dengan konseli NP siswa kelas XI IPS 1 keluar kelas ketika ada ulangan. Siswa tersebut tidak siap mengikuti ulangan karena beberapa kali tidak masuk dan akhirnya mencontek dengan cara keluar kelas untuk googling. Ia memfoto soal ulangan lalu keluar untuk di kerjakan di dekat kamar mandi. Ia mengaku kebiasaan ini sudah ia lakukan sejak kelas satu. Konselor berdiskusi tentang bagaimana ia kedepan dan akan menjadi seperti apa dengan kebiasaannya tersebut.

f) Konseli Antoro

Telah dilaksanakan Konsultasi kepada konseli bernama Antoro kelas X.5, tentang bagaimana cara belajar agar nilai rapot bisa selalu bagus agar bisa masuk perguruan tinggi negeri tanpa tes, cara memperoleh beasiswa, kehidupan mahasiswa, dan peluang kerja setelah lulus kuliah.

g) Konseli Orang tua Fian

Telah dilaksanakan mendampingi keluhan wali/ortu terkait murid di ruang BK bersama wali kelas dan waka kesiswaan. Hasil kondisi ekonomi keluarga dan anak mender dengan kondisinya. Bapak

tidak bertanggungjawab dan tidak menopang ekonomi keluarga. Bapaknya selingkuh dan berimbas pada kehidupan anak. Siswa kelas X.4 yaitu sdr Fian.

h) Konseli Detak

Telah dilaksanakan layanan konsultasi dengan Konseli (Detak, XII IPA 2), mampu menentukan jurusan yaitu pilihan 1 Hubungan Internasional dan pilihan 2 Hukum. Setelah sebelumnya bingung menentukan diantara 4 jurusan kuliah yaitu bahasa Inggris, Teknologi Informasi, Hubungan Internasional dan hukum

i) Konseli Edwin

Siswa diminta keluar kelas mata pelajaran PKN karena tidak menaati peraturan sekolah (Rambut gondrong). Guru BK Memberikan bimbingan pribadi pentingnya belajar dan mengikuti aturan sekoalah, pentingnya waktu dan mengetahui tugas dan kewajiban sebagai siswa.

j) Konseli SS

Telah dilaksanakan Konsultasi kepada SS dengan permasalahan dilarang mengikuti ekstrakulikuler panahan di luar sekolah. Padahal ekstrakulikuler panahan di sekolah tidak ada, sehingga SS bingung menuruti kemaun ibu atau tetap mengikuti ektrakulikuler panahan di luar. Hasil SS sementara waktu mengikuti kemaun ibu sambil membuktikan jika SS berbakat di bidang panahan dan akhirnya diizinkan mengikuti ekstra panahan di luar sekolah.

k) Konseli RK

Telah dilaksanakan Konsultasi kepada RK tidak mengikuti pelajaran dan menonton film diluar kelas. Konselor mampu mengenali permasalahan konseli sehingga mau bercerita, memberikan bimbingan sehingga konseli menghentikan kegiatan menonton film dan kembali ke kelas

h. Mediasi

Permasalahan yang ditangani adalah hubungan yang kurang baik dan salah paham siswa KE dan AN di sekolah. Mediasi dilakukan pada Selasa, 22 Agustus 2016 yang bertempat di ruang bimbingan dan konselin. Mediasi diikuti oleh 2 orang yaitu KE dan AN. Dalam mediasi tersebut, masing-masing dari KE dan AN mengutarakan apa yang dirasakan oleh mereka. Percakapan didahului orang AN dengan mengutarakan rasa tidak sukanya dengan KE karena KE telah menyinggung perasaan AN, dan terlalu ikut campur masalah pribadi AN .Kemudian KE juga menjelaskan

tentang maksud dirinya melakukan hal tersebut agar AN menjadi orang yang tidak “ngotot, keras kepala dan menang sendiri terhadap orang di sekitarnya” dan KE sudah minta maaf kepada AN tapi belum dimaafkan oleh AN karena masih sakit hati. AN akhirnya memahami tujuan KE mengutarakan secara gampalng alasan berkata pedas kepada AN dan memahami jika dirinya memang orang yang keras kepala. AN menyadari bahwa dirinya hanya salam paham kepada KE tentang beranggapan ikut campur padahal ingin membantu AN agar menjadi orang yang tidak keras kepala dan semaunya sendiri pada orang lain disekitarnya. Akhirnya KE dan AN pun saling memaafkan.

i. Konferensi Kasus

Konferensi kasus dilaksanakan dengan teman sejawat konselor atas kasus permasalah KR. Konferensi dilakukan untuk mendiskusikan dan membedah akar permasalahan konseli KR. Mencari teknik konseling yang sesuai atas permasalahan konseli tersebut.

j. Monitoring sekolah

Monitoring sekolah dilaksanakan secara berkala. Tujuan monitoring sekolah untuk memantau kegiatan belajar mengajar, kegiatan siswa dan kondisi lingkungan sekolah. Monitoring sekolah ini dilakukan pada waktu pagi, atau siang hari dengan berkeliling sekolah, menghampiri siswa yang berada di kantin, menghampiri siswa yang keluar kelas ataupun dikeluarkan dari kelas karena melanggar tata tertib, kemudian ditindaklanjuti dalam layanan konsultasi, bimbingan kelompok, klasikal maupun konseling individu.

k. Kunjungan Rumah (*Home visit*)

Kunjungan rumah atau *home visit* dilakukan praktikan satu kali. Kunjungan pertama dilakukan pada Kamis, 18 Agustus 2016. Kami mengunjungi rumah Kresna Agil Saputra siswa kelas XII IPA 2 anak dari bapak Pujianto dan ibu Sarinem di kediamannya yang terletak di dusun Celan, Trimurti, Srandakan terkait permasalahan siswa dengan orangtua tentang membanding-bandinkan siswa dengan sudara perempuanya mbak Nova padahal siswa yang bersangkutan tidak suka dengan hal tersebut dan berimbang pada kebiasaan sering mulang larut malam hingga dini hari, bolos sekolah, merokok dan keluar pada jam pelajaran. Hasil kunjungan rumah yang didapat yaitu orangtua mengakui telah membanding-bandinkan Kresna dengan mbaknya dan tidak tahu jika

Kresna sangat tidak suka dengan hal tersebut karena tidak pernah menyampaikan kepada orang tuanya dan menyadari perlakuannya tersebut menyebabkan anaknya tidak betah dirumah dan berjanji akan lebih memperhatikan dan mengajak bicara Kresna dari hati ke hati, tidak membandingkan dan tidak bersikap cuek

I. Perencanaan Individual

Layanan penempatan dan penyaluran dimaksudkan untuk memungkinkan siswa berada pada posisi yang tepat yaitu berkenaan dengan kelompok belajar, pilihan karier atau pekerjaan, kegiatan ekstrakurikuler, program latihan, dan pendidikan yang lebih tinggi sesuai dengan kondisi fisik dan psikisnya.

Tujuannya agar siswa memperoleh posisi yang sesuai dengan potensi dirinya, baik yang menyangkut bakat, minat, pribadi, kecakapan, kondisi fisik, kondisi psikis, dan sebagainya. Teknik atau metode : sosiometri, wawancara, tes, dan sebagainya. Tugas mahasiswa, antara lain membantu menempatkan siswa dalam situasi tertentu yang dapat membantu memecahkan masalah.

3. Program Tambahan

Program tambahan merupakan program yang diminta dari pihak sekolah untuk dilaksanakan oleh semua mahasiswa PPL dari semua prodi yang disepakati yang dikoordinasikan dan direncanakan terlebih dahulu sebelum program dilaksanakan.. Program tamabahan tersebut diantaranya yaitu: Piket Salaman Pagi, Piket jaga, Upacara bendera dan Upacara HUT RI Ke 71.

4. Program Isidental

Program isidental merupakan program yang diminta dari pihak sekolah, tunutan kondisi sekolah untuk dilaksanakan oleh mahasiswa yang bersangkutan, bersifat isidental dan tidak terencana sebelumnya. Program isiddental yang telah dilaksanakan diantaranya: Mengisi jam kosong , melakukan koordinasi dengan guru BK, pendampingan mengajar, stikerisasi, sosialisasi anti KKN, dan penataan buku perpustakaan

C. Hambatan Pelaksanaan PPL dan Solusi

1. Hambatan Pelaksanaan PPL

Dalam pelaksanaan PPL di SMA N 1 Strandakan, praktikan mengalami adanya beberapa hambatan di antaranya:

- a. Tidak adanya alokasi waktu jam masuk kelas untuk BK dalam kurikulum menyebabkan mahasiswa praktikan mencari jam masuk kelas secara mandiri untuk pengambilan nilai bagi praktikan dan menyebabkan jam masuk kelas yang insidental bagi praktikan.
- b. Bimbingan klasikal dirasa kurang efektif ketika jam masuk kelas hanya 1 jam pelajaran karena sulitnya siswa untuk dikondisikan.
- c. Tidak tersampaikannya media yang dirancang menggunakan power point dikarenakan LCD yang tidak berfungsi.
- d. Tidak adanya contoh matrik program layanan yang dilaksanakan oleh guru BK di lapangan
- e. Tidak ada ruang konseling individual dan kelompok menyebabkan konseli tidak nyaman dan takut jika apa yang dibicarakan terdengar oleh orang lain.

1. Solusi

- a. Perlu adanya jam masuk BK tersendiri sehingga BK memiliki jam yang terjadwal untuk melakukan bimbingan klasikal dan semua siswa mendapatkan materi yang sama setiap minggunya.
- b. Konsultasi dengan guru BK dalam mengkondisikan siswa agar kondusif dalam mengikuti layanan BK.
- c. Tidak menyampaikan materi dalam bentuk power point dang menggantinya dengan metode lain yang memungkinkan sehingga layanan bimbingan klaskal tetap bisa berjalan dan tujuan layanan dapat tercapai.
- d. Melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing lapangan sehingga mendapat informasi yang lebih jelas dan sesuai dengan yang diinginkan prodi.
- e. Memberikan rasa aman dan nyaman kepada konseli dengan meyakinkan konseli bahwa dalam konseling terdapat kode etik dan atas kerahasiaan.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu kegiatan yang wajib ditempuh oleh mahasiswa kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. PPL yang dilaksanakan di SMA N 1 Srandakan secara umum berjalan dengan lancar sesuai dengan yang direncanakan dalam matrik program kerja PPL. Dalam kegiatan PPL ini, mahasiswa mendapatkan banyak pengalaman faktual seputar layanan BK dilapangan dalam hal ini di sekolah. Adapun kesimpulan dari pelaksanaan program kerja PPL adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan program PPL Bimbingan dan Konseling dapat terlaksana dengan baik meski terdapat beberapa program yang kekurangan jam layanan di sekolah konseling individual yang harus di lanjutkan di luar lingkungan sekolah dan satu program tidak terlaksana yaitu bimbingan teman sebaya.
2. Secara kualitatif, siswa yang telah mendapat layanan bimbingan dan konseling mengalami perubahan pandangan dan memahami bahwa BK adalah sahabat siswa sehingga siswa senang dan merasa dekat dengan BK
3. Program layanan dasar yang terlaksana mencakup layanan orientasi, bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, layanan informasi, dan layanan pengumpulan data.
4. Program layanan responsif yang terlaksana antara lain konseling individual, kolaborasi dengan guru mapel/wali kelas, konseling kelompok, konsultasi, konferensi kasus mediasi, monitoring sekolah dan *home visit*.
5. Layanan himpunan data yang terlaksana antara lain kartu pribadi siswa, dan DCM.
6. Layanan perencanaan individual yang terlaksana antara lain Layanan Konsultasi Perguruan Tinggi dan Dunia Kerja dan layanan konsultasi pemilihan jurusan IPA atau IPS
7. Pelaksanaan program PPL BK menggunakan pola layanan komprehensif.

B. Saran

Dari hasil pelaksanaan program PPL yang dilaksanakan sejak 15 Juli sampai 15 September 2016 penyusun menyampaikan beberapa saran yang sekiranya membangun bagi semua pihak, antara lain:

1. Kepada LPPMP UNY

- a. Hendaknya waktu yang digunakan untuk Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dipisahkan dengan pelaksanaan KKN karena waktu dan tenaga dirasa kurang cukup dan tidak terfokus untuk mengenali karakteristik permasalahan siswa dan pelayanan praktik layanan BK disekolah (PPL) dan pengabdian di masyarakat (KKN)
- b. Penyampaian informasi oleh LPPMP lebih ditegaskan lagi sehingga mahasiswa tidak bingung karena adanya beberapa informasi yang berbeda yang diterima oleh masing-masing mahasiswa.
- c. LPPMP memahami bahwa BK tidak sama dengan guru mata pelajaran sehingga menyediakan lembar evaluasi sesuai dengan kebutuhan BK.

2. Kepada PRODI BK UNY

- a. Perlu lebih dimatangkan pemahaman mahasiswa dalam hal macam-macam himpunan seperti DCM, IKMS, MLM dan lain-lainnya sehingga mahasiswa lebih siap saat terjun dilapangan
- b. Mata kuliah praktikum sebaiknya dihabiskan sebelum pelaksanaan praktik pengalaman lapangan (PPL) sehingga bekal mahasiswa ketika dilapangan sudah siap untuk semua bidang (pribadi, sosial, belajar, dan karir)

3. Kepada sekolah SMA N 1 SRANDAKAN

- a. Hendaknya ruang BK terletak di tempat yang strategis atau mudah untuk didatangi siswa
- b. Adanya prasarana yang menunjang pembelajaran dan pemberian layanan dengan kualitas yang sama di setiap kelas
- c. Adanya ruang konseling individual di SMA N 1 Srandakan

4. Bagi mahasiswa PPL selanjutnya

- a. Melakukan observasi jauh sebelum PPL dilaksanakan sehingga ketika PPL mahasiswa sudah mendapatkan gambaran tentang sekolah tempat PPL yang bisa digunakan untuk mempersiksi program yang sesuai dengan sekolah

- b. Meningkatkan kepekaan ketika melihat siswa yang nampak memiliki masalah dan membutuhkan layanan
- c. Menumbuhkan kemandirian pada siswa sehingga setelah diberi layanan siswa merasa mampu menyelesaikan permasalahannya dan tidak tergantung kepada praktikan.

DAFTAR PUSTAKA

Dr. Muh Nur Wangid, M. Si. *Pedoman Praktek pengalaman Lapangan (PPL) Binbingan dan Konseling di sekolah.* Yogyakarta : Tidak diterbitkan

UPPL. 2012. *Materi Pembekalan PPL.* Yogyakarta : UPPL Universitas Negeri Yogyakarta

UPPL. 2012. *Panduan KKN-PPL.* Yogyakarta: UPPL Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN

MATRIX

CATATAN MINGGUAN

RPL

PRESENSI

HOME VISIT

KONSELING

INDIVIDUAL

KONSELING

KELOMPK

KONSULTASI

BIMBINGAN KELOMPOK

FOTO

KEGIATAN

DCM

SILABUS

KARTU PRIBADI



Universitas Negeri Yogyakarta

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02

Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 Srandakan
ALAMAT SEKOLAH Srandakan, Trimurti, Bantul
GURU PEMBIMBING : Tris Sutikno, SP.d

NAMA MAHASISWA : Filastri Kurniasari
NO MAHASISWA : 13104241040
FAK/ JUR/ PRODI : FIP/ PPB/ Bimbingan dan Konseling
DOSEN PEMBIMBING : Dr. Muhammad Nur Wangid M.Si

No.	Hari/ Tanggal	Jml Jam	Materi Kegiatan		Hambatan	Solusi
1	Senin, 27 Juni 2016	2	Membuat Instrumen	Telah tersusun 220 daftar pertanyaan DCM dengan topik kesehatan, keadaan ekonomi, kehidupan keluarga, agama dan moral, rekreasi dan hobi, hubungan pribadi, hubungan sosial dan organisasi, masalah remaja, penyesuaian terhadap sekolah, penyesuaian terhadap kurikulum, kebiasaan belajar, karir dan cita-cita		
2	Selasa, 28 Juni 2016	6	Melakukan need assesment	Telah dilaksanakan need assesment ke kelas X.2 dan X.4, serta dua anak kelas X.1, observasi dan wawancara kepada siswa, guru, dan guru BK	Ada beberapa siswa yang kurang serius mengisi angket	Didampingi dan dibantu
3	Rabu, 29 Juni 2016	6	Mengolah need assesment	Telah dilakukan analisis hasil need assesment. Analisis berupa data kuantitatif tingkat masalah siswa dari tingkat masalah yang jarang hingga tingkat masalah yang paling banyak dirasakan siswa	Bingung menganalisis dan membaca hasil analisis	Konsultasi dengan dosen
4	Senin, 18 Agustus 2015	2	Konsultasi program	Telah dilaksanakan Konsultasi program kepada guru Bimbingan dan konseling dan Konsultasi permasalahan siswa	Guru BK sulit ditemui karena tidak setiap hari berada di sekolah	Melakukan kesepakatan hari Konsultasi dan bimbingan
		4	Penyusunan Program	Telah dilakukan penyusunan program berdasarkan need assesment dan masukan guru BK		
		1	Upacara MPLSBSB	Telah dilaksanakan upacara bendera sekaligus pembukaan MLSBSB		

		1	Kegiatan sholat dhuha dan tadarus	Telah dilakukan pendampingan kegiatan sholat dhuha dan tadarus	Tidak ada sarung di mushola saat satu siswa meminta dicarikan sarung karena memakai celana pendek	Mencari pinjaman bersama pengurus OSIS
		1	Pengisian formulir siswa baru	Telah dilakukan pendampingan pengisian formulir siswa untuk data kesiswaan		
		1	Pengenalan visi, misi, dan program sekolah	Telah dilakukan pendampingan pengenalan visi, misi dan program sekolah dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Pengenalan kegiatan ekstrakurikuler	Telah dilaksanakan pendampingan kegiatan ekstrakurikuler dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Pengenalan fasilitas dan stakeholder	Telah dilaksanakan pendampingan pengenalan fasilitas dan stakeholder dan penanggung jawab siswa X.5		
		1	Pengenalan lingkungan sekolah	Telah dilaksanakan pendampingan pengenalan lingkungan sekolah dan pembuatan denah sekolah		
5	Selasa, 19 Agustus 2016	1	Apel pagi MPLSBSB	Telah dilaksanakan apel pagi MPLSBSB		
		1	Monitoring	Telah dilaksanakan observasi dan wawancara kepada siswa		
		2	Kegiatan sholat dhuha dan tadarus	Telah dilaksanakan pendampingan sholat dhuha dan tadarus dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Pengenalan bahaya NAPZA dan merokok	Telah dilaksanakan pendampingan pengenalan bahaya NAPZA dan merokok dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Etika pergaulan dan pembiasaan sopan santun	Telah dilaksanakan pendampingan etika pergaulan dan pembiasaan sopan santun dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Pengenalan akhlak dan pendidikan karakter	Telah dilaksanakan pendampingan pengenalan akhlak dan pendidikan karakter dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Pengenalan budaya dan tata tertib sekolah	Telah dilaksanakan pendampingan pengenalan budaya dan tata tertib sekolah dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Menyanyikan lagu nasional dan daerah	Telah dilaksanakan pendampingan menyanyikan lagu nasional dan daerah dan penanggungjawab kelas X.5		
6	Rabu, 20 Agustus 2016	1	Apel Pagi MPLSBSB	Telah dilaksanakan apel pagi MPLSBSB		
		1	Kegiatan sholat duha dan tadarus	Telah dilaksanakan pendampingan kegiatan sholat dhuha dan tadarus dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Kesehatan Reproduksi	Telah dilaksanakan pendampingan penyuluhan kesehatan reproduksi dan penanggungjawab kelas X.5		

		2	Pengenalan etika berlalu lintas	Telah dilaksanakan pendampingan pengenalan etika berlalu lintas dan penanggungjawab kelas X.5		
		1	Kerja bakti	Telah dilaksanakan pendampingan kerja bakti kelas X.1		
		1	Upacara penutupan	Telah dilaksanakan upacara penutupan MPLSBSB		
7 Kamis, 21 Juli 2016	0.5	2	Piket Salaman Pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
		2	Koordinasi dengan guru pembimbing	Telah dilaksanakan koordinasi dengan guru BK terkait peran dan tugas mahasiswa PPL		\
		1	Monitoring	Telah dilaksanakan monitoring keseluruh lingkungan sekolah		
		2	Wawancara	Telah dilaksanakan wawancara kepada siswa, dan guru		
		3	Piket jaga	Telah dilaksanakan piket jaga dengan rincian tercatat 20 siswa terlambat 10 izin ke luar untuk mengikuti paskibra dan kegiatan di luar sekolah yang lain		
8 Jumat, 20 Juli 2016	3	1	Mengisi jam kosong	Telah dilakukan penyampaian tugas dari guru mata pelajaran kepada siswa, menpampungi siswa mengerjakan siswa dan menggumpulkannya ke meja guru		
		1	Persiapan dan pembagian kartu pribadi	Telah dilaksanakan persiapan dan pembagian kartu pribadi ke kelaskelas	Belum semua kelas menerima instrumen karena ada dua kelas yang sedang mengikuti pelajaran olahraga	Diberikan pada jam pelajaran saat semua siswa berada dikelas
		1	Upacara Apel Pagi	Telah dilakukan upacara apel pagi bersama seluruh siswa, guru dan mahasiswa PPL		
9 Senin, 25 Juli 2016	1	1	Koordinasi dengan guru BK	Telah dilaksanakan Koordinasi dengan guru BK dengan hasil jenis layanan yang diberikan, pengumpulan data, kerjasama dll		
		1	Observasi dan wawancara	Telah dilaksanakan observasi dan wawancara kepada siswa, guru, dan guru BK		
		2	Penyediaan media, alat dan materi pembuatan papam bimbingan	Telah dilaksanakan koordinasi dengan waka kurikulum untuk meminta izin keluar sekolah membeli media dan peralatan		
		0.5	Piket Salaman Pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
		1	Mengisi jam kosong (Bimbingan Klasikal)	Telah dilaksanakan mengisi kelas kosong dengan memutarkan film motivasi	Tidak ada LCD di ruang kelas	Menonton film di labolatorium fisika
10 Selasa, 26 Juli 2016	0.5	1	Pembuatan media papan bimbingan	Telah dilaksanakan pembuatan media dan konten papan bimbingan		

		2	Monitoring	Telah dilaksanakan monitoring keseluruhan lingkungan sekolah		
		1	Koordinasi dengan guru BK	Telah dilaksanakan koordinasi pembuatan silabus pengembangan diri BK	Guru BK hanya 2 hari dalam seminggu hari di SMA	Melakukan perjanjian dengan guru BK
		1	Pembuatan silabus pengembangan diri BK	Telah dilaksanakan pembuatan silabus pengembangan diri BK tahap 1		
11	Rabu, 27 Juli 2016	2	Mengisi jam kosong	Telah dilaksanakan penyampaian dan pendampingan tugas mata pelajaran matematika kelas X.4		
		1	Pembuatan silabus pengembangan diri BK	Telah dilaksanakan pembuatan silabus pengembangan diri BK tahap 2		
		2	Bimbingan Kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan kelompok kepada siswa kelas XI IPS 1 (Yulianto, slamet dkk) yang tidak mau mengikuti pelajaran dengan metode cerita, tema menjaga hubungan antar teman dan bidang bimbingan sosial		
		1	Konsultasi	Telah dilaksanakan layanan konsultasi kepada siswa bernama ega siswa kelas X.2 follow up dari bimbingan klasikal		
12	Kamis, 28 Juli 2016	0.5	Piket Salaman Pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
		2	Monitoring dan bimbingan pribadi	Telah dilaksanakan monitoring ke lingkungan sekolah dan melakukan bimbingan pribadi kepada hanif salah satu siswa XI IPA 1		
13	Jumat, 29 Juli 2016	4	Piket Jaga	Telah dilaksanakan jaga piket dengan rincian 12 anak terlambat dan 2 anak izin keluar sekolah untuk mengambil berkas di SMP dan 2 ada kegiatan di luar sekolah		
		1	Rekap Data siswa	Telah dilaksanakan mengambil data siswa ke kelas-kelas dan merekapnya. Data yang terekap sebanyak 10 data siswa, data siswa ini dinamai dengan kartu pribadi	Banyak siswa yang belum menggumpulkan	Didatangi langsung ke kelas masing-masing
14	Senin, 1 Agustus 2016	1	Upacara Apel Pagi	Telah dilaksanakan upacara apel pagi hari senin, bersama staf, guru, karyawan, mahasiswa PPL UNY dan seluruh siswa SMA N 1 Srandonan		
		2	Bimbingan klasikal	Melakukan bimbingan klasikal kelas X.2 dengan metode un sent letter, bidang bimbingan pribadi dengan judul berterimakasih kepada orang tua. Kegiatan diawali dengan doa, perkenalan, ice breaking, kegiatan inti, dan penutup		
		0.5	Piket salaman pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		

		1	Layanan informasi	Telah dilakukan pembuatan leaflet dengan tema : " 10 Tips menghargai orang lain"	Tidak ada yang mengambil leaflet secara mandiri	Diberikan dan kepada siswa secara langsung
		1	Bimbingan Pribadi	Telah dilaksanakan bimbingan pribadi dengan fajar x.2, sebagai follow up dari bimbingan klasikal		
		0.5	Piket salaman pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
15 Selasa, 2 Agustus 2016		2	Konseling Individual	Telah dilaksanakan peretemuan pertama dengan konseli KR. KR menemui konselor di labolatorium biologi dan bercerita banyak hal kepada konselor. Setelah beberapa lama bicerita konseli ingin melanjutkan ceritanya di lain waktu di ruang BK secara lebih dalam. Konselo menyanggupi ajakan konseli dan menyepakati pertemua selanjutnya.		
		1	Konsultasi	Telah dilaksanakan Konsultasi kepada NP siswa kelas XI IPS 1 keluar kelas ketika ada ulangan. Siswa tersebut tidak siap mengikuti ulangan karena beberapa kali tidak masuk dan akhirnya mencontek dengan cara keluar kelas untuk googling. Ia memfoto soal ulangan lalu keluar untuk di kerjakan di dekat kamar mandi. Ia mengaku kebiasaan ini sudah ia lakukan sejak kelas satu. Konselor berdiskusi tentang bagaimana ia kedepan dan akan menjadi seperti apa dengan kebiasaannya tersebut.		
		0.5	Piket salaman pagi	Telah dilaksanakan siswa di depan hall		
16 Rabu, 3 Agustus 2016		1	Bimbingan kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan kelompok kelas X.3 dengan rincian 3 siswa putri (Gaby, Inggit, Santi) bidang bimbingan sosial dengan materi memilih pergaulan yang positif, meggunakan metode cerita		
		1	Layanan informasi	Telah dilaksanakan Pemasangan materi papan bimbingan		
		2	Konseling individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan kedua dengan konseli KR dari kelas XII IPA 2. Pelaksanaan konseling dilakukan di ruang BK dengan hasil KR menceritakan mulai pulang malam, mabuk-mabukan, merokok sejak SMP, dan berhenti mabuk-mabukan ketika ada guru KR yang care dan selalu peduli dengan KR yang memintanya untuk berhenti mabuk-mabukan.		

		1	Bimbingan kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan kelompok kelas X.3 (Mei, Tari, dkk) dengan rincian 7 siswa putri dengan bidang bimbingan karir, materi bimbingan tentang perguruan tinggi dan dunia kerja		Proses konseling diakhiri untuk menjaga privasi konseli
17	Kamis, 4 Agustus 2016	2	Konseling individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan ketiga dengan im konseli KR dari kelas XII IPA 2. Pelaksanaan konseling dilakukan di ruang BK dengan hasil k ada dua masalah yang masih menjadi kebiasaan dan ingin diselesaikan konseli yaitu tidak merokok dan tidak pulang larut malam dan konselor memberikan penugasan kepada konseli untuk memilih masalah yang terlebih dahulu akan diselesaikan.	Di tengah proses konseling konseli didatangin 2 orang temannya	Meminta siswa maju kedepan untuk menjelaskan
		2	Bimbingan Klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal ke kelas X.3 dengan bidang bimbingan pribadi dengan menggunakan metode iklan. Kegiatan di awali dengan doa, perkenalan, ice breaking, kegiatan inti dan penutup. Hasil bimbingan seluruh siswa menuliskan resolusi dan mengiklankan potensi dirinya untuk memanfaatkan potensi yang ada pada dirinya	Ada siswa yang tidak memperhatikan	Diminta maju kedepan dan menjelaskan instruksi
18	Jumat, 5 Agustus 2016	4	Piket Jaga	Telah dilaksanakan piket jaga dengan rincian 7 anak terlambat, satu siswa izin ke luar sekolah untuk mengambil berkas di SMP		
		1	Mengisi Kelas	Telah dilaksanakan Penyampaian tugas mata pelajaran Fisika dan pendampingan selama siswa mengerjakan tugas		
		1	Bimbingan Klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal ke kelas X.2 dengan bidang bimbingan karir, menggunakan metode story telling. Kegiatan di awali dengan penyampaian materi, membuka sesi cerita, menyampaikan gambaran dunia perguruan tinggi, dunia kerja, dan informasi beasiswa, sesi tanya jawab dan penutup.	Ada siswa yang tidak memperhatikan	Melakukan tanya jawab
		0.5	Piket salaman pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
19	Senin, 8 Agustus 2016	1	Konsultasi	Telah dilaksanakan Konsultasi kepada konseli bernama Antoro kelas X.5 , tentang bagaimana cara belajar agar nilai rapot bisa selalu bagus agar bisa masuk perguruan tinggi negeri tanpa tes, cara memperoleh beasiswa, kehidupan mahasiswa, dan peluang kerja setelah lulus kuliah.	Ada beberapa siswa lain yang datang menghampiri	Diikutsertakan dalam kegiatan

		2	Konseling individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan ke empat. Hasil KR datang untuk melanjutkan konseli dan menceritakan bahwa dia hanya berdiam diri ketika di marahi orang tua, konseli tidak leluasa mengutarakan perasaannya saat mbak konseli menyalahkan, konseli cenderung mengalah dan acuh	Konseli cenderung diam karena mbak konseli mendominasi	Menggali informasi dari sudut pandang mbak dari konseli
		0.5	Piket Salaman Pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
20	Selasa, 9 Agustus 2016	1	Koordinasi dengan guru BK	Telah dilaksanakan koordinasi dengan guru BK dengan hasil home visit kerumah orang tua konseli KR untuk membantu penyelesaian masalah konseli		
		3	Home Visit	Telah dilaksanakan home visit ke rumah KR. Hasil bertemu kedua orang tua KR, menyampaikan permasalahan KR ingin berhenti merokok dan berhenti pulang malam jika orang tua bisa mempercayai dan tidak membanding-bandangkan KR dengan mbak KR	Belum tahu dengan pasti posisi rumah KR	Bertanya kepada warga
		1	Administrasi	Telah dilaksanakan penyelesaian silabus pengembangan diri BK yaitu menjilid dan menyerahkannya ke guru BK		
		1	Konferensi Kasus	Telah dilaksanakan konferensi kasus dengan hasil penggunaan pendekatan gestalt dilanjutkan dengan pendekatan CBT kasus KR		
21	Rabu, 10 Agustus 2016	1	Konsultasi	Telah dilaksanakan layanan Konsultasi Pemantapan pengambilan jurusan kuliah Tari dari x.3, dan universitas tujuan		
		0.5	Papan bimbingan	Telah dilaksanakan Penyelesaian papan bimbingan dan pemasangan		
		2	Bimbingan klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal X.5 menggunakan metode ekspresif writing, bidang bimbingan pribadi, dengan tema "Maafkanlah, dan lanjutkan hidupmu!", Kegiatan diawali dengan doa, perkenalan, pengecekan kehadiran siswa, ice breaking, kegiatan inti, dan penutup. Hasil kegiatan anak menuliskan ekspresi perasaannya ke dalam tulisan dan dikumpulkan		
		2	Bimbingan klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal kelas X.5 bidang bimbingan pribadi dengan tema 'Pantang Menyerah' menggunakan metode film. Bimbingan dilaksanakan di laboratorium fisika. Kegiatan diawali dengan pengecekan presensi, penyampaian materi, pemutaran film dan penutup.	Tidak ada LCD di ruang kelas	Meminjam laboratorium fisika

22	Kamis, 11 Agustus 2016	2	Bimbingan klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal kelas XII IPA 1, karir dengan tema 'tanggungjawab adalah kunci kesuksesan' menggunakan metode film. Bimbingan dilaksanakan di labolatorium fisika. Kegiatan diawali dengan pengecekan presensi, penyampaian materi, pemutaran film dan penutup.	Tidak ada LCD di ruang kelas	Menonton film di laboratorium fisika
		2	Konseling Individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan kelima dengan konseli KR dengan hasil, KR mengaku melakukan kebiasaan merokok, pulang malam karena merasa sering dibanding-bandingkan dan tidak diberi perhatian yang selayaknya oleh kedua orang tua.	Teman konseli datang pada proses konseling	Proses konseling diakhiri
		0,5	Piket Salaman Pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
23	Jumat, 12 Agustus 2016	0.5	Koordinasi dengan guru BK	Telah dilaksanakan koordinasi dengan guru BK terkait kasus konseli KR, hasil guru BK menyarankan untuk melakukan monitoring ke konseli terkait komitmen belajar dan Karir		
		4	Piket jaga	Telah dilaksanakan piket jaga dengan hasil terdaftar 4 anak datang terlambat, dua anak izin mengurus KTP, dan dua anak izin mengurus SKTM		
		2	Penataan Rak buku Perpustakaan	Telah dilaksanakan penataan buku perpustakaan, dikarenakan ada tambahan rak perpus. Hasil memindah buku-buku di rak lama, membersihkan lantai dan memindahkan dan menata buku ke rak yang baru		
24	Senin, 15 Agustus 2016	1	Layanan Informasi	Telah dilaksanakan kegiatan "stop korupsi" dengan pembicara dari kejaksaan negeri bantul sejumlah 4 pegawai untuk kelas XII. Kegiatan ini merupakan talk show gerakan anti korupsi sebagai program peningkatan jaringan masyarakat anti KKN (Korupsi, Kolusi, dan Nepotisme).		
		1	Bimbingan Kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan sosial dengan agil dkk (XII IPA 2) dan Sinta dkk (X.3). Mengambil teman menjaga keharmonisan kelas. Melalui saling memahami dan saling mengerti kondisi antar teman dan bergaul secara positif.		
		1	Bimbingan Kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan belajar kepada Yusuf dkk (X.5), mengenai cara mempersiapkan diri dalam belajar untuk menembus SNMPT (jalur undangan) perguruan tinggi negeri. Dilakukan dengan cara mengejar target memiliki nilai rapot yang bagus, dan stabil, belajar sungguh-sungguh dan pantang menyerah, selalu ingin belajar.		

25	Selasa, 16 Agustus 2016	1	Bimbingan Klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal terbimbing "Membangun kepercayaan" di kelas X.2 dengan media game the trust. Kegiatan diawali dengan berdoa, mengenal siswa lebih dalam, pengecekan kehadiran, ice breaking, kegiatan inti, dan penutup. Hasilnya terbentuk dua menara kepercayaan dari masing-masing kelompok dengan filosofi sebuah kepercayaan itu sulit dibangun dan ketika kepercayaan itu hancur maka hilanglah rasa percaya yang pernah ada	Siswa tidak mau mengakhiri kegiatan layanan klasikal	Konselor mendampingi siswa melanjutkan permainan yang disukai secara mandiri hingga istirahat selesai.
		1	Bimbingan klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal menggunakan media film. Bidang bimbingan pribadi. Menjadi diri sendiri dan bagaimana cara mengembangkannya dan menjadi diri sendiri.		
		2	Bimbingan Klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal menggunakan metode ekspresif drawing dengan tema 'Draw your Future Dream' bersama guru BK di kelas X.1. Hasil siswa menggambar cita-cita mereka di umur 25 tahun pada selembar kertas dan dibawa pulang		
26	Rabu, 17 Agustus 2016	4	Upacara 17 Agustus	Telah dilaksanakan mendampingi, malaksanaka Upacara peringatan HUR RI ke 71 di lapangan Trimurti, bersama guru, dan seluruh siswa		
27	Kamis, 18 Agustus 2016	0.5	Piket salaman pagi	Telah dilaksanakan menyambut siswa di depan hall		
		3	Administrasi	Telah dilaksanakan menyusun laporan kunjungan rumah (Home Visit), laporan bimbingan kelompok, laopran Konsultasi, penyusunan RPL dan melengkapi data klien		
		1.5	Pendampingan Konsultasi Wali/Ortu	Telah dilaksanakan mendampingi keluhan wali/ortu terkait murid di ruang BK bersama wali kelas dan waka kesiswaan. Hasil kondisi ekonomi keluarga dan anak miskin dengan kondisinya. Bapak tidak bertanggungjawab dan tidak menopang ekonomi keluarga. Bapaknya selingkuh dan berimbang pada kehidupan anak. Siswa kelas X.4 yaitu sdr Fian.	Belum percaya diri menghadapi wali/orang tua	Meminta bantuan guru senior dan mendampingi Konsultasi

		1	Bimbingan Kelompok	Telah dilaksanakan diskusi bimbingan karir berupa cara mencapai cita-cita dan menghadapi hambatan untuk meraihnya. Menggunakan metode diskusi dan wawancara. Siswa bernama Hni dan Elin dari kelas XII IPA 1, siswa menceritakan cita-citanya yaitu guru (Hani) dan penulis (Elin). Siswa menceritakan bahwa memiliki hambatan berupa biaya untuk kuliah di Perguruan tinggi. Setelah proses bimbingan siswa mengetahui cara menyelesaikan kendala biaya dengan mencari beasiswa dan kuliah sambil bekerja.		
		1	Konsultasi	Telah dilaksanakan Konsultasi dengan Konseli (Detak, XII IPA 2), mampu menentukan jurusan yaitu pilihan 1 Hubungan Internasional dan pilihan 2 Hukum. Setelah sebelumnya bingung menentukan diantara 4 jurusan kuliah yaitu bahasa Inggris, Teknologi Informasi, Hubungan Internasional dan hukum		
28	Jumat, 19 Agustus 2016	4	Piket Jaga	Telah dilaksanakan piket jaga dengan rincian memberikan tugas ketiga kelas yaitu kelas X.1, XII IPA 2, dan XII IPS 1, dan menyampaikan izin ke kelas XI IPS 1 karena neneknya meninggal		
		2	Bimbingan klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal "Jujur dan tidak sakit hati" di kelas XII IPS 2, dengan media games, yaitu . Hasilnya siswa merasa terbantu dan menjadi lebih semagat kelompok dengan filosofi sebuah kepercayaan itu sulit dibangun dan ketika kepercayaan itu hancur maka hilanglah rasa percaya yang pernah ada		
		2	Administrasi	Telah dilaksanakan input data siswa, presensi dan penyusunan RPL		

30	Senin, 22 Agustus 2016	2	Konseling individual	Telah dilaksanakan konseling individual dengan keenam dengan konseli KR, dengan hasil KR mau mererima perlakuan orang tuanya yang membanding-bandingkan KR dengan mbaknya, dan memahami alasan orang tua melakukan hal tersebut, dan tidak menyalahkan orang tua karena KR menyadari bahwa dia juga sering berbuat salah dan mengecewakan orang tua, maka dari itu dia juga tidak bisa menyalahkan orang tua begitu saja, karena ia juga memiliki kesalahan seperti halnya orang tuanya, dan tidak lagi menuntut orang tua untuk menjadi seperti yang KR inginkan		
		2	Mediasi	Telah dilaksanakan mediasi antara KE dan AN, kasus permasalahan AN tidak terima perlakuan KE yang terlalu ikut campur dengan kehidupan privasi AN. Hasil KE meminta maaf kepada AN dan menjelaskan alasan melakukan hal tersebut, dan AN berusaha lebihikhlas karena tujuan KE adalah untuk mengingatkan AN agar tidak berperilaku seperti itu		
		0.5	Monintoring	Telah dilaksanakan diskusi siswa yang tidak ikut mata pelajaran dan memberikan pertanyaan-pertanyaan sampai siswa mau masuk ke kelas		
31	Selasa, 23 Agustus 2016	2	Konsultasi	Siswa diminta keluar kelas mata pelajaran PKN karena tidak menaati peraturan sekolah (Rambut gondrong). Guru BK Memberikan bimbingan pribadi pentingnya belajar dan mengikuti aturan sekoalah, pentingnya waktu dan mengetahui tugas dan kewajiban sebagai siswa.		
		2	Bimbingan Klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal di kelas XII IPS 1, menggunakan metode game, bidang bimbingan pribadi dengan materi bimbingan tentang kelemahan dan kelebihan yang ada dalam diri siswa dilihat dari sudut pandang orang lain. Memanfaatkan kelemahan dan kelebihan tersebut sebagai modal untuk menghadapi masalah di masa depan dan cita-cita	Siswa sangat sulit dikondisikan	Meminta siswa yang disegani maju kedepan dan memimpin teman satu kelas mengikuti kegiatan
		2	Konseling individual	Telah filaksanakan pertemuan pertama dengan BT dengan kasus bullying teman-teman sekolah sejak kelas X-XII. Hasil siswa menceritakan permasalahan dan latar belakang keluarga, serta kesepakatan pertemuan berikutnya.		

		2	Pendampingan pelajaran	Telah dilaksanakan penyampaian tugas dan pendampingan dalam mengerjakan tugas geografi siswa kelas XII IPS 1		
32	Rabu, 24 Agustus 2016	1	Bimbingan kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan belajar UDP dan TW		
		0.5	Konsultasi	Telah dilaksanakan Konsultasi kepada DN tidak mengikuti pelajaran dan berada disekitar WC. Konselor mampu mengenali permasalahan konseli sehingga mau bercerita dan kembali masuk ke kelas		
		0.5	Konsultasi	Telah dilaksanakan Konsultasi kepada RK tidak mengikuti pelajaran dan menonton film diluar kelas. Konselor mampu mengenali permasalahan konseli sehingga mau bercerita, memberikan bimbingan sehingga konseli menghentikan kegiatan menonton film dan kembali ke kelas		
		2	Bimbingan kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan hasil bimbingan berupa guru BK menggali informasi kepada siswa mengenai bayangan solusi malas belajar dari dalam siswa agar cita-cita menjadi cheff tercapai, meyakinkan bahwa masalah belajar siswa dapat dipecahkan dengan cara yang sudah dipilih yaitu TW dengan cara belajar dan mencari hal baru tentang memasak, mencoba-coba terus dan melanjutkan siswa jurusan memasak. Dan solusi Utuk UDP berupa belajar mata pelajara di sekolah dengan tekun dan mengejar materi pelajaran yang tertinggal		
		2	Bimbingan Kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan kelompok dengan Galuh dkk (bimbingan belajar, kelanjutan studi dan karir dan kehidupan sosial)		
33	Kamis, 25 Agustus 2016	2	Bimbingan Klasikal (mengisi jam kosong)	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal dengan Film. X.3, bidang bimbingan belajar-sosial, betermpat di labolatorium fisika, dengan pemutaran film salam.		
		4	Piket jaga	Telah dilaksanakan piket jaga berupa penyampaian tugas mata pelajaran ke kelas dan pencatatan 3 siswa untuk mengikuti rapat di luar sekolah bersama satu guru pembimbing yang ikut mendampingi		

	2	Bimbingan Klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan Klasikal Sosial di kelas X.4, menggunakan metode games. Kegitanan diawali dengan ice breaking, penyampaian materi, kegiatan inti berupa games. Hasil siswa mampu memahami keinginan dirinya kedepannya untuk menjadi orang yang lebih baik dan lebih bertanggung jawab terhadap diri dan masa depan, dan kehidupannya			
34	Jumat, 26 Agustus 2016	1	Konsultasi	Telah dilaksanakan layanan konsultasi kepada Yunita, bingung karir atau kuliah. Sejak kecil ia bercita-cita ingin menjadi kowat tetapi tidak tega jauh dari orang tua ketika mendapat tempat dinas di luar Jawa. Disisi lain dia punya pandangan ingin kuliah. Ia mengalami kebingungan mendaftar menjadi kowat dahulu atau mendaftar kuliah dahulu, ia ingin dua-duanya atau hanya satu saja. Koselor memberikan penugasan berupa merinci hal positif dan negatif yang ia dapatkan dari kuliah atau mendaftar kowat. Me list kemampuan dan persiapan yang sudah ia lakukan sampai saat ini		
		4	Piket jaga	Telah dilaksanakan piket jaga di hall sekolah. Kegiatan meliputi penyampaian tugas ke kelas, dan pencatatan izin sebanyak 20 siswa untuk melaksanakan rapat pemilihan ketua osis		
		1	Apel pagi	Telah dilaksanakan Apel pagi diikuti oleh guru dan karyawan, seluruh siswa dan mahasiswa PPL UNY. Kegiatan terdiri dari pembukaan, peraturan dan tahapan pemilihan osis oleh panitia, orasi dan pembacaan visi misi dari calon ketua dan wakil ketua osis, pengumuman pelaksanaan pemilihan osis yaitu Rabu, 7 september 2016		
35	Senin, 29 Agustus 2016	2	Pendampingan Beasiswa	Telah dilaksanakan Penyampaian Informasi kepada siswa yang mendapat beasiswa PIP, dengan rincian kelas XI IPA 1 sebanyak 6 siswa, kelas XI IPA 2 sebanyak 6 siswa, kelas XI IPS 1 sebanyak 3 siswa, kelas XI IPS 2 sebanyak 5 siswa, kelas XII IPA 1 sebanyak 2 siswa, kelas XII IPA 2 sebanyak 1 siswa, kelas XII IPS 1 sebanyak 3 siswa, dan kelas XII IPS 2 sebanyak 1 siswa	Ada beberapa siswa yang tidak ada di kelas	Meminta siswa lain untuk menyampaikan kepada siswa yang bersangkutan

		2	Konseling Individual	Telah dilaksanakan konseling individual dengan MY belum move on dengan pacar MY. Di sisi lain mantan pacar MY berpacaran dengan teman dekat MY dan sering menanyakan kabar dan kegiatan teman MY yang sekarang menjadi pacar dari mantan MY. Hal ini membuat MY tertekan dan semakin sakit hati dan tidak bisa move on.		
		2	Pendampingan Beasiswa	Telah dilaksanakan pendampingan dan memandu siswa mengisi formulir untuk rekening bank yang digunakan untuk transaksi uang beasiswa KIP. Siswa yang telah mengisi formulir sebanyak 26, dari 27 anak. Satu anak belum mengisikan formulir dikarenakan tidak masuk sekolah. Pengisian dilakukan di laboratorium fisika.		
36	Selasa, 30 Agustus 2016	1	Bimbingan Klaskal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal terbimbing di kelas xi ips satu. Dengan metode johari windows. Bidang bimbingan pribadi sosial. Konselor bertugas mengkondisikan siswa selama proses layanan dan merangkap sebagai sie dokumentasi.		
		2	Bimbingan Klasikal	Telah dilaksanakan bimbingan klasikal di kelas X.5. Topik bimbingan menggapai cita-cita dengan pohon harapan. Bidang bimbingan pribadi karir. Kegiatan terbagi menjadi 3 bagian, ice breaking dan kegiatan inti membuat pohon harapan. Sesi terakhir berupa sesi pemasangan pohon harapan siswa satu kelas didinding kelas.		
		2	Konsultasi	Telah dilaksanakan konseling individual dengan DF Ortu kasar dan memperbesar kesalahan sepele. Hasil konseling DF akan menceritakan perlakuan ibunya yang berkata kasar kepada neneknya agar ibunya berubah dan DF bisa berbagi beban dengan nenek sehingga nenek tahuu apa yang menjadi keluh kesah DF terhadap ibunya setelah menikah dengan suami yang baru.		
37	Rabu, 31 Agustus 2016	1	Konsultasi	Telah dilaksanakan layanan konsultasi dengan FA dengan masalah di PHP sama teman satu kelasnya dan sakit hati karena ternyata temanya sudah punya cewek. Hasil FA memastikan kejelasan maksud teman sekelasnya memberi perhatian dan sering main ke rumah FA.		

	1	Konsultasi	Telah dilaksanakan Konsultasi kepada SS dengan permasalahan dilarang mengikuti ekstrakurikuler panahan di luar sekolah. Padahal ekstrakurikuler panahan di sekolah tidak ada, sehingga SS bingung menuruti kemaun ibu atau tetap mengikuti ekstrakurikuler panahan di luar. Hasil SS sementara waktu mengikuti kemaun ibu sambil membuktikan jika SS berbakat di bidang panahan dan akhirnya diizinkan mengikuti ekstra panahan di luar sekolah.			
	1	Konseling Individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan pertama dengan AY salah pertemanan dengan teman sekelas. Hasil AY merasa tertekan karena menjadi sumber informasi bagi perubahan sikap SN yang tidak sopan, urakan, dan berkata tidak senonoh. Di satu sisi AY tidak ingin dibilang membicarakan dan menjelek-jelekan orang di sisi lain teman SN selalu meminta informasi kepada AY atas perubahan sikap SN. Rasa tertekan ini membuat hubungan AY dan SN menjadi tidak harmonis padahal mereka berada dalam satu kelas.			
38	Kamis, 1 September 2016	4	Administrasi	Telah dilaksanakan Merekap administrasi kartu pribadi sebanyak 86 data siswa, pembuatan cover kartu pribadi, mengeprint dan tugas tambahan administrasi.		
	1	Konsultasi	Telah dilaksanakan konseling individual dengan hasil YA mengalami kebingungan bersikap kepad temen cowok satu kelas yang naksir. YA mengaku tidak ingin pacaran terlebih dahulu tetapi di sisi lain temenya naksir. Solusi yg ia ambil bersikap stay cool			
39	Jumat, 2 September 2016	4	Piket Jaga	Telah dilaksanakan piket jaga dengan hasil Mencatat perizinan, menyampaikan perizinan, keterlambatan siswa dan menyampaikan tugas ke kelas-kelas		
40	Senin, 5 September 2016	1	Bimbingan Kelompok	Bimbingan kelompok ke Yuli, Rudi, Sinta dari kelas x-4 tentang seluk beluk program study Olahraga, cara mendaftar, dan peluang menjadi mahasiswa olahraga Universitas Negeri Yogyakarta		
	0.5	Konseling Individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan kedua dengan AY Datang menemui konselor di depan basecamp untuk menyepakati pertemuan pada proses konseling	Bel masuk pelajaran sudah berbunyi	Proses konseling dilakukan di waktu laian yang sudah disepakati	

		1	Konsultasi	Telah dilaksanakan layanan Konsultasi Yunita, mengambil keputusan untuk mendaftar kowat dan kuliah sekaligus. Kowat karena ia sudah mempersiapkan fisik dan mentalnya sejak dahulu seperti, belajar renang, lari, mencari informasi dll. Ingin mendaftar kuliah karena jika ia tidak diterima kowat ia bisa langsung menjadi mahasiswa. Ia ingin memanfaatkan jalur snmptn terlebih dahulu dengan pertimbangan ia hanya meng input data tanpa harus melakukan tes langsung, di sisi lain ia mendaftar proses pendaftaran kowat.		
		1	Konseling Individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan ketiga dengan AY masih dendam dan belum memaafkan SN. AN Selalu di sangkut-paukan dengan permasalahan SN dan merasa terpojok dengan perlakuan SN. AY belum memaafkan dan masih menyimpan dendam den SN. Solusi yang ingin dilakukan adalah dengan AY mengganti nomor HP agar tidak berhubungan lagi dengan informasi yang menyangkut SN.		
41	Selasa, 6 September 2016	1	Konseling Individual	Telah dilaksanakan konseling individual dengan AN Sakit hati di kata-katain oleh pacarnya. AN merasa sakit hati, tidak dipercaya, dan direndahkan atas perkataan pacarnya yang memojokkan. Hasil konseling AN mengkonfirmasi maksud dan tujuan pacarnya berkata seperti itu.	Banyak teman disekitar konseli	Konselor mendekat dan memeluk konseli untuk menenangkan dan memberi kesempatan konseli meluapkan perasaannya dan membiarkannya menangis tanpa harus malu dengan teman-teman didekatnya
		1	Bimbingan kelompok	Telah dilaksanakan bimbingan kelompok tentang ketertarikan pada buku		
		1	Mengurus Beasiswa	Telah dilaksanakan Mempersiapkan undangan untuk siswa penerima beasiswa PIP. Jumlah undangan sebanyak 40 lembar. Undangan ditujukan untuk mengundang siswa untuk menerima penjelasan beasiswa PIP		

42	Rabu, 7 September 2016	1	Apel Pagi Pemilos	Telah dilaksanakan Apel pagi diikuti oleh guru dan karyawan, seluruh siswa dan mahasiswa PPL UNY. Kegiatan terdiri dari pembukaan, pembacaan deklarasi damai calon ketua dan wakil ketua OSIS, Pembacaan sambutan Bupati Bantul tentang pemilos SMA serempak se-Kabupaten Bantul yang di bacakan oleh kepala Sekolah, dan penutup		
		4	Piket Jaga	Telah dilaksanakan Membantu piket jaga berupa penyampaian tugas mata pelajaran ke kelas dan pencatatan 3 siswa untuk mengikuti turnamen HUT RI ke-71 di luar sekolah		
		1	Konseling individual	Telah dilaksanakan konseling individual pertemuan kedua dengan BT. BT menceritakan perlakuan teman satu kelasnya sudah lebih respek dan care dan mengaku sudah merasa lebih baik atas permasalahan pembullyan yang ia alami.		
43	Kamis, 8 September 2016	1	Mengisi Kelas Kosong	Telah dilaksanakan mendampingi pelajaran biologi dan penarikan tugas kelompok mata pelajaran.		
		1	Konseling Individual	Telah dilaksanakan konseling individual dengan konseli AN. Pacarnya berubah berbicara kasar dan memaki-maki AN karena pacarnya sudah mempunyai pacar lagi yaitu teman satu kelasnya. AN mengetahui jika pacarnya sudah tidak sayang dan tidak mau berhubungan lagi dengan AN, sehingga pacarnya memaki-makinya. Akhirnya AN memutuskan untuk tidak berhubungan lagi dengan pacarnya tersebut.		
		2	Konseling Kelompok	Telah dilaksanakan konseling kelompok follow up dari konseling individual AY di mushola Konflik antara SN dan AY tentang pertemanan mereka dengan teman SMP dan mantan pacar SN. Hasil konfirmasi kebenaran info tentang perubahan sikap SN yang tidak senonoh dan kasar, dan SN akan menemui teman SMP untuk menjelaskan mengapa ia berubah. Pertemanan SN dan AY menjadi harmonis kembali.		
44	Jumat, 9 September 2016	4	Piket Jaga	Telah dilaksanakan piket jaga. Tercatat 1 siswa izin		

45	Senin, 12 September 2016	4	Stikerisasi	Telah dilaksanakan pembuatan stiker sebanyak 52 siswa siswa yaitu kelas X 2 dan X3	Aplikasinya tidak bisa di instal	Meminta bantuan teman lain yang bisa menginstal aplikasi
		2	Katalog Beasiswa	Telah dilaksanakan pembuatan katalog beasiswa tahap pertama	Konsep katalo belum matang	Mencari referensi dan mendesain konsep
		2	Katalog Perguruan Tinggi	Telah dilaksanakan pembuatan katalog perguruan tinggi tahap pertama		
46	Selasa, 13 September 2016	5	Stikerisasi	Telah dilaksanakan pembuatan stiker sebanyak 60 siswa siswa yaitu kelas X4 dan X5, X1		
		2	Katalog Beasiswa	Telah dilaksanakan pembuatan katalog beasiswa tahap kedua		
		2	Katalog Perguruan Tinggi	Telah dilaksanakan pembuatan katalog perguruan tinggi tahap kedua		
47	Rabu, 14 September 2016	4	Stikerisasi	Telah dilaksanakan pembuatan stiker sebanyak 92 siswa siswa yaitu kelas XI IPA 1 dan XII IPS 1, XII IPA 1, XII IPA 2,		
		2	Katalog Beasiswa	Telah dilaksanakan pembuatan katalog beasiswa tahap akhir		
		2	Katalog Perguruan Tinggi	Telah dilaksanakan pembuatan katalog perguruan tinggi tahap akhir		
48	Kamis, 15 September 2016	2	Stikerisasi	Telah dilaksanakan pembagian stiker motivasi kepada siswa X2, X3, X4, X5, XI IPA 1, XII IPA 1, XII IPA 2, XII IPS 1,	Ada siswa yang meminta dibuatkan stiker lagi	Dibuatkan stiker yang siswa pesan kemudian di serahkan pada waktu yang telah disepakati
		2	Katalog beasiswa dan Katalog perguruan tinggi	Telah dilaksanakan mencetak dan jilid serta penyerahan katalog ke guru BK		
	Total Jam	260				

Mengetahui,
Guru Pembimbing BK

Tris Sutikno, S.Pd
NIP. 19580917198601 1 004

Mahasiswa PPL BK

Filastri Kurniasari
NIM.13104241040



MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2016
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Kelompok Mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 SRANDAKAN
ALAMAT SEKOLAH : Jln. Pandansimo No.1, Srandonan, Trimurti, Bantul
GURU PEMBIMBING : Tris Sutikna, SP.d

NAMA : Filastri Kurniasari
NIM : 13104241040
FAK/ JUR/ PRODI : FIP/ PPB/ BK
DPL : Dr. Muhammad Nur Wangid M.Si

NO	KEGIATAN PPL	BIDANG BIMBINGAN				FUNGSI BIMBINGAN	METODE	BULAN									
		P	S	B	K			Juni		Juli		AGST		SPT			
		IV	III	IV	I			IV	III	IV	I	II	III	IV	I	II	
A	PERSIAPAN PROGRAM																
1	Membuat Instrumen	v	v	v	v	Pemahaman											
2	Melakukan need assesment	v	v	v	v	pencegahan, pemahaman											
3	Mengolah need assesment	v	v	v	v	Pengembangan, Pemeliharaan											
4	Penyusunan Program					Pengembangan									v	v	
5	Konsultasi Program					Pemantapan									v	v	
6	Pengesahan Program					Pemantapan									v		
	PELAKSANAAN PROGRAM																
1	Pelayanan Dasar																
a	Layanan Orientasi																
	1) Pendampingan Pengenalan Lingkungan Sekolah	v	v	v	v	Pemahaman dan penyesuaian diri	Klasikal								v		
b	Bimbingan Kelas																
	1) Berterimakasih kepada orang tua	v	v			Pemahaman dan Pemeliharaan	un sent letter										
	Persiapan														v		
	Pelaksanaan														v		
	Evaluasi														o		
	2) Show your self	v		v		Pengembangan dan Pemeliharaan	Iklan										
	Persiapan														v		
	Pelaksanaan														v		
	Evaluasi														o		
	3) Sudahkah kamu merencanakan masa depanmu?	v	v	v	v	Pemahaman dan Pengembangan	Braim strmong										
	Persiapan														v		
	Pelaksanaan														v		
	Evaluasi														o		
	4) Maafkanlah, lanjutkan hidupmu	v		v		Pengembangan dan Pemeliharaan	Ekspresif Writing										
	Persiapan														v		
	Pelaksanaan														v		

		Evaluasi								o			
5)	Tanggungjawab kunci kesuksesan		v	Pemahaman dan Pengembangan	film								
	Persiapan									v			
	Pelaksanaan									v			
	Evaluasi									o			
6)	Membangun kepercayaan			Pemahaman dan Pengembangan	Permainan								
	Persiapan		v							o			
	Pelaksanaan									o			
	Evaluasi									o			
7)	Menjadi diri sendiri			Pemahaman dan Pengembangan	film							v	
	Persiapan										v		
	Pelaksanaan										v		
	Evaluasi										o		
8)	Draw your future			Pemahaman dan Pengembangan	Ekspressive Drawing								
	Persiapan									o			
	Pelaksanaan									o			
	Evaluasi									o			
9)	Jujur dan tidak sakit				Permainan								
	Persiapan									o			
	Pelaksanaan									o			
	Evaluasi									o			
10)	Membuat belajar menjadi kegiatan menyenangkan				Permainan								
	Persiapan									v			
	Pelaksanaan									v			
	Evaluasi									o			
11)	This is my Story				Story Telling								
	Persiapan									v			
	Pelaksanaan									v			
	Evaluasi									o			
12)	I can direcy my self				permaianan								
	Persiapan									v			
	Pelaksanaan									v			
	Evaluasi									o			
13)	My Window				Johari Window								
	Persiapan									o			
	Pelaksanaan									o			
	Evaluasi									o			
14)	Menggapai cita dengan pohon harapan			Pemahaman dan Pengembangan	Pohon Harapan								
	Persiapan									o			
	Pelaksanaan									o			
	Evaluasi									o			

		Pelaksanaan										
		Evaluasi									v	
8)	Mengurangi malas belajar	v	v								o	
	Persiapan											
	Pelaksanaan										v	
	Evaluasi										o	
9)	Program study olahraga di FIK UNY		v					Diskusi, cerita				
	Persiapan											
	Pelaksanaan										v	
	Evaluasi										o	
10)	Buku dan cerita di balik pembuatanya	v	v					Diskusi, cerita				
	Persiapan											
	Pelaksanaan										v	
	Evaluasi										o	
d	Pelayanan Pengumpulan Data		v	v								
	1) Kartu Pribadi	v			Pemahaman					v	v	o o
	2) DCM	v	v	v	v	Pemahaman				v		
3	Pelayanan Responsif	v	v	v	v	Penyembuhan						
a	Konseling Individual	v	v	v	v	Penyembuhan				v	v	v v v v
b	Konseling Kelompok	v	v	v	v	Penyembuhan					v	
c	Referal (Rujukan atau Alih Tangan)	v	v	v	v	Penyembuhan						
d	Kolaborasi dengan Guru Mapel/ Wali Kelas	v	v	v	v	Penyembuhan				v		
e	Kolaborasi dengan Orang Tua	v	v	v	v	Pemahaman				v		
f	Kolaborasi dengan Pihak di Luar Sekolah	v	v	v	v	Preventif dan Preservatif				v		v
g	Konsultasi	v	v	v	v	Penyembuhan				v	v	v v v v v v v
h	Bimbingan Teman Sebaya	v	v	v	v	Preventif dan Preservatif						
i	Konferensi Kasus	v	v	v	v	Penyembuhan						
k	Monitoring sekolah	v	v	v	v	Preventif dan Preservatif				v	v	v v v v v v v v
l	Mediasi	v	v	v	v	Penyembuhan					v	
m	Kunjungan Rumah	v	v	v	v	Penyembuhan					o	
4	Perencanaan Individual											
a	Layanan Konsultasi Perguruan Tinggi dan Dunia Kerja			v	Perencanaan							v
b	Layanan Konsultasi pemilihan jurusan			v	Perencanaan							
5	Dukungan Sistem			v	Perencanaan							
a	Pengembangan Profesi											
	1) Kelanjutan studi										o	o
b	Manajemen Program										o	o o o o o o o
PROGRAM TAMBAHAN												
a	Program Kelompok											
	1) Piket Salaman Pagi										v	v v v v v v
	2) Piket jaga										v	v v v v v v v v
	3) Upacara										v	v v v v v v v
PROGRAM ISIDENTAL												
1	Mengisi jam kosong										o	o
2	Koordinasi dengan guru BK										o	o o o o o o o

	3	Pendampingan mengajar							o	o	o				
	4	Stikerisasi												o	o
	5	Sosialisasi anti KKN										o			
	5	Penataan Buku Perpustakaan									o				
	ANALISIS														
	1	Analisis Pelaksanaan Program							o						
	2	Analisis Hasil Program							o						
	FOLLOW UP														
	1	Menindaklanjuti Hasil Evaluasi dan Analisis							o						
	2	Pelaporan													
	a	Menyusun Laporan										v	v	v	v

Keterangan :

v : Dilaksanakan sesuai jadwal

o : Dilaksanakan sesuai kebutuhan/dikoordinasikan dengan guru pembimbing

Mengetahui,
Guru Pembimbing BK

DPL PPL

Mahasiswa PPL BK

Tris Sutikno, S.Pd
NIP. 19580917198601 1 004

Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si
NIP. 19580917198601 1 004

Filastri Kurniasari
NIM.13104241040



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : Berterimakasih kepada Orang tua
2. Bidang Bimbingan : Pribadi
3. Tujuan Pembelajaran : -Menjadikan siswa lebih berterimakasih kepada orang tua
-Mengetahui bagaimana cara berterimakasih kepada orang tua
4. Fungsi : Pemahaman dan pengembangan
5. Sasaran : Siswa kelas X
6. Waktu : 2 x 45 menit
7. Tempat : Di dalam kelas
8. Pihak terkait : Konselor/ guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Game, musik dan un sent letter
10. Media/alat : Kertas, bolpoin
11. Pokok-pokok materi : - Tujuan berterimakasih kepada orang tua
- Faktor yang mempengaruhi
- Cara menjadi pribadi yang mudah berterimakasih
12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	1. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa. 2. Guru BK memperkenalkan diri 3. Guru BK mengcek kehadiran siswa 4. Menjelaskan run down dan peraturan kegiatan 5. Guru BK memberikan ice breaking	10 menit
Inti	Sesi 1 1. Menjelaskan peraturan di sesi inti 2. Berpasangan dua anak 3. Bercerita berpasangan Sesi 2: 1. Guru BK memkondisikan siswa untuk duduk menghadap kedepan 2. Guru BK menjelaskan peraturan dan bentuk kegiatan inti berupa un sent letter 3. Guru Bk memberikan selembar kertas kepada siswa 4. Guru BK mengawali un sent letter dengan memberikan materi tentang un sent letter dan fungsinya 5. Guru BK membimbing siswa untuk menulis un sent letter kepada orang tua 6. Guru BK memutarkan musik instrument ketika siswa menuliskan un sent letter 7. Beberapa siswa membacakan apa yang ia tulisakan dalam un sent letter di depan kelas 8. Guru BK beserta siswa memberikan apresiasi kepada siswa yang bersedia maju	55 menit
Penutup	1. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan dan tujuan kegiatan layanan	15 menit

	2. Guru BK menawarkan layanan tindak lanjut 3. Ucapan terimakasih 4. Berdoa	
--	---	--

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa
- b. Penilaian hasil : a. Siswa tahu pentingnya berterimakasih kepada orang tua
b. Siswa aktif dalam kegiatan layanan
c. Siswa dapat mengetahui cara berterimakasih kepada orang tua
d. Siswa dapat mempraktikan berterimakasih kepada orang tua dengan menuliskan un sent letter kepada orang tua

14. Tindak lanjut

: Layanan individual

Yogyakarta, 1 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

NIM. 13104241040

Lampiran 1: materi

Apakah saya sudah berterimakasih kepada orang tua?

A. Pentingnya berterimakasih

Berterima kasih akan memberikan dampak positif, ketika Anda mengucapkan "Terima Kasih" pada orang tersebut karena anda merasa orang tersebut telah membantu atau telah menolong kamu. Dan orang tersebut yang menerima ucapan "Terima Kasih" itu tentu akan merasa senang karena ternyata apa yang dia lakukan berguna dan berarti untuk orang lain, dan dia pun tentunya pasti akan merasakan bahwa apa yang telah dia lakukan tidak sia-sia dan secara tidak langsung itu akan membuat orang tersebut terdorong untuk selalu melakukan kebaikan meski sekecil apa pun itu. Di bawah ini beberapa manfaat yang perlu di ketahui :

1. Bagi yang mengucapkan: Menunjukkan bahwa kamu bisa menghargai orang lain dan termasuk orang yang pemurah hati
2. Manfaat bagi orang yang menerima ucapan : Merasa di hargai dan berguna bagi orang lain
3. Menyehatkan hati
4. Adanya perasaan senang/bahagia.
<http://curhatdanberbagicerita.blogspot.co.id/2012/06/seberapa-penting-kata-terima-kasih.html>

B. Mengapa kita harus berterimakasih kepada orang tua?

Besarnya jasa kedua orang tua

Orang tua telah banyak berkorban untuk merawat dan membesarkan anak-anaknya. Semua jasa orang tua di kala anak masih kecil dan lemah perlu diingat dan dikenang untuk selamanya.

Ridha Allah Beserta Ridha Orang Tua

Saking mulianya orang tua disisi Allah, Allah menggantungkan Murka nya dan Ridhanya kepada orang tua untuk anaknya, jadi bisa di katakan bahwa kita harus hati hati dalam bersikap dan berucap kepada keduanya. Perlu kita ingat cerita legenda minang kabau "malin kundang" yah itulah anak yang dikutuk menjadi batu, karena mendurhakai orang tuanya serta tidak mengakui orang tua setelah ia menjadi kaya raya. Itulah akibatnya bagi orang yang tidak tahu tatakrama menghadapi orang tua

Sebagai Motivasi Hidup

Orang tualah yang paling berpengaruh akan kehidupan seorang anak. Orang tua yang menjadi isnpirasi hidup dan motivasi hidup membuat seorang anak kuat menghadapi beratnya kehidupan. Orang tua seolah mempunyai sihir ajaib yang memberikan kekuatan dengan jarak jauh, orang tua seolah menjadi matahari yang menerangi jalan kehidupan, orang tua seolah menjadi menjadib embun pagi dikala seorang anak menjalankan aktivitas.

Perantara Kesuksesan Dimasa Depan

Seperti Thomas Alfa Edison yang dikenal dengan raja penemu, dengan segudang penemuannya terinspirasi dari seorang ibu walau hanya pensiunan guru, namun dengan semangat juang yang tinggi ditambah motivasi orang tua, ia sempat belajar dari ibunya tentang pengetahuan dasar dan kemudian dikembangkan. akhirnya ia menjadi kuat dan pantang menyerah, penemuannya yang paling sulit adalah disaat menemukan lampu, diamana ia sudah mencoba lebih dari 1000 kali, namun dengan sifat pantang menyerah yang diturunkan ibunya, akhirnya Thomas Alfa Edison berhasil menemukan bohlam lampu, ini semua tidak lepas dari peran orang tua sebagai motivasi hidupnya. Pada akhirnya menghormati orang tua tidak hanya dari perintah Allah semata, tapi seolah menjadi kebutuhan yang tidak akan pernah habis seiring dengan kasih sayang yang mereka berikan kepada anak anaknya, mengalir seperti air, perlahan pasti, lembut dan penuh kasih sayang. (<http://www.ldiilampung.com/5-alasan-seorang-anak-wajib-berbakti-pada-orang-tua.html>).

C. Cara-cara berterimakasih

Tidak menyakiti perasaannya

Ketika masih kanak-kanak, mungkin kamu akan takut untuk menyakiti hati orang tua. Namun seiring berjalannya waktu, ketika beranjak dewasa, terkadang baik sengaja maupun

tidak sengaja telah menyakiti perasaan orang tua, baik melalui tindakan atau perkataan. Jika kamu sangat mengasihi orang tua, berusahalah dengan sekuat tenaga untuk tidak menyakiti perasaannya. Segeralah meminta maaf atas kesalahan kamu dan berterimakasihlah yang banyak hal tersebut akan sangat menghibur hatinya

Ungkapkan perasaan Anda dengan tulus

Di saat-saat tertentu, terkadang karena sibuk dengan teman atau karena sekolah yang jauh sehingga harus ngekos kamu menjadi jauh dari orang tua, komunikasi dan intensitas bertemu dengan orang tua menjadi sangat jarang. Ada kalanya kamu perlu mengungkapkan secara tulus perasaan kamu kepada orang tau seperti "Aku sayang bapak ibu, aku kangen, terimakasih buat semuany dll." Kamu tidak perlu merasa risi dan mengungkapkan rasa saying dan terimakasih

Membelikan hadiah

Pada saat-saat tertentu seperti hari ulang tahun kelahiran atau ulang tahun pernikahan kamu dapat membelikannya hadiah kepada orang tua sebagai kejutan. Orang tua mana yang tidak akan merasa bahagia serta bangga bila mendapatkan hadiah dari anaknya. Dengan membelikannya hadiah dapat menjadi salah satu cara menunjukkan rasa terima kasih atas dedikasinya selama ini.

Mengajak berlibur

Adakalanya kesibukan kamu dalam belajar atau banyaknya menghabiskan waktu bersama teman-teman mengurangi kesempatan kamu untuk bisa berkumpul dengan orang tua. Orang tua biasanya juga sering merasa rindu kepada anak-anaknya. Obatilah rasa rindu orang tua dengan sesekali mengajaknya berlibur. Mengajak orang tua kan menyenangkan hatinya, hal ini dapat menjadi bentuk terimakasih kamu buat orang tua.
[\(http://keluarga.com/keluarga/5-cara-menunjukkan-rasa-terima-kasih-anda-kepada-ibu\)](http://keluarga.com/keluarga/5-cara-menunjukkan-rasa-terima-kasih-anda-kepada-ibu)

Jangan berbohong pada mereka

Orang tua sangat memahami anaknya, dan bahkan ketika sang anak berbohong, mereka dengan mudah mengetahuinya. Terkadang karena tidak ingin membuat sang anak sakit hati, mereka berpura-pura tidak tahu bahwa kita sedang berbohong. Tentu saja, hal ini membuat orang tua tersakiti hatinya sekaligus menjadi sangat khawatir. Oleh karena itu, jangan berbohong kepada orang tua. Usahakan untuk selalu jujur, karena walaupun menyakitkan, kejujuran tidak akan lebih sakit daripada perasaan dibohongi oleh anak sendiri. Yakinlah bahwa orang tua selalu memahami dan memaklumi setiap tindakan anda.

Hibur orang tua anda

Walaupun terkesan tegar dan kuat, kita harus sadar bahwa orang tua adalah manusia biasa. Terkadang mereka melalui masa-masa sulit yang membuat hati mereka sedih. Hanya karena tak ingin anaknya merasa khawatir, para orang tua memilih untuk menyembunyikan kesedihan mereka. Nah, inilah hal yang harus kita sadari sebagai seorang anak yang baik. Jika anda melihat tanda-tanda orang tua sedang bersedih, jangan ragu untuk menghiburnya. Ajak mereka bicara, dengarkan keluh-kesahnya, genggam tangannya, dan peluklah orang tua anda. Tindakan yang sepintas remeh ini sangat berarti bagi orang tua anda, dan membuatnya lebih semangat dalam menjalani kehidupan.

Dengarkan nasihat mereka

Sudah sewajarnya apabila orang tua kita ingin didengarkan. Tak jarang kita merasa jengkel dengan berbagai nasihat yang mereka katakan berulang-ulang, atau berbagai petuah tentang hidup yang diceritakan berkali-kali. Cobalah untuk menahan rasa kesal dan jengkel di dalam hati, karena sebenarnya di balik setiap nasihat tersebut tersimpan doa dan harapan orang tua pada anaknya. Tak ada tujuan lain dari orang tua ketika memberikan nasihat selain untuk membuat anaknya menjadi orang yang lebih baik. Walaupun saat ini terasa sedikit menyebalkan, mungkin suatu saat di masa depan, anda akan sangat merindukan nasihat-nasihat dari orang tua.

Jadilah orang sukses

Tak ada yang lebih diinginkan oleh kedua orang tua anda selain melihat anaknya menjadi orang yang sukses dan berhasil dalam hidupnya. Sukses bisa berarti dalam hal pendidikan, karir, maupun kehidupan spiritual/ agama. Oleh karena itu, berusahalah untuk meraih prestasi semaksimal mungkin di setiap bidang yang anda jalani, untuk kebahagiaan orang tua, dan untuk kehidupan kamu sendiri

Jadilah orang yang baik

Apa yang lebih diharapkan oleh orang tua selain melihat kamu menjadi orang yang sukses? Jawabannya adalah melihat anda menjadi orang yang baik. Yang dimaksud "baik" dalam hal ini adalah individu yang bisa berguna bagi masyarakat, taat terhadap berbagai peraturan, norma sosial, maupun aturan agama. "Baik" juga bisa berarti jauh dari hal-hal yang merugikan diri sendiri maupun masyarakat, misalkan jauh dari kriminalitas, narkoba, korupsi, dan berbagai hal buruk lainnya. Orang tua akan merasa sangat bahagia apabila anak yang dibesarkannya mampu menjadi orang baik-baik. Mereka bisa hidup tenang apabila sudah yakin bahwa anaknya mampu merawat dirinya sendiri. Oleh karena itu, setiap kali kamu tergoda untuk melakukan hal-hal buruk, ingatlah sosok kedua orang tua. Ingatlah kasih sayang dan pengorbanan yang sudah mereka berikan untuk membesarkan kamu, dengan harapan kamu mampu menjadi orang yang baik dan berguna bagi sesama. (<http://www.top10indo.com/2013/09/10-cara-membahagiakan-orang-tua.html>)

Lampiran 2:

Ice Breaking “Pusaka Jika Kalian Menjadi Orang Tua”

Tujuan:

- a. Siswa dapat menjadi pribadi yang terbuka dan menerima kondisi orang dengan mengutarakan pendapat
- b. Siswa dapat memahami siapa dirinya dengan mengenali diri dari pendapat yang disampaikan
- c. Siswa dapat mengembangkan emosi positif dengan bertukar peran
- d. Siswa menyadari bahwa dirinya mampu menjadi anak yang membanggakan bagi orang tua

Waktu : 10 Menit

Jumlah pemain : Semua Siswa

Langkah permainan :

1. Guru BK melempar pusaka (Spidol) ke semua siswa secara acak dan dirangi musik
2. Guru BK mempersilahkan siswa memperkenalkan diri dan mengutarakan pendapatnya tentang “seandainya siswa menjadi orang tua ia bangga atau tidak memiliki anak seperti mereka” kenapa alasanya? Pada saat musik berhenti dan spidol ada di tangan.
3. Guru BK meminta sampel siswa untuk mengibaratkan pusaka (Spidol) itu sebagai dirinya yang dianggap tidak berguna sebagai mana mestinya
4. Guru BK meminta siswa untuk menceritakan maju kedepan bagaimana mengatasi anak yang tidak sesuai harapan
5. Guru BK menyimpulkan dan menambahkan materi untuk menegaskan

Evaluasi dan Refleksi:

1. Jika diibaratkan pustaka (Spidol) adalah kamu, bagaimana perasaan kamu memiliki anak septime? Bahagia atau kecewa?
2. Jika kamu mendapat orang tua yang tidak sesuai dengan keinginanmu apakah harus mengecewakan mereka atau menerimanya dan membuat bangga?
3. Pola asuh dan pendidikan, perhatian seperti apa yang kamu inginkan dari orang tuamu yang belum kamu rasakan dari orang tuamu sampai saat ini?

Lampiran 3 :

“Un Sent Letter”

Tujuan:

1. Siswa dapat menjadi pribadi yang terbuka dan menerima kondisi orang dan mengutarakannya dalam un sent letter
2. Siswa dapat memahami dirinya dan orang tuanya dengan berterimakasih lewat un sent letter
3. Siswa dapat mengembangkan emosi positif dengan menuliskan un sent letter
4. Siswa menyadari bahwa dirinya mampu menjadi anak yang membanggakan bagi orang tua

Waktu : 55 Menit

Jumlah pemain : Semua Siswa

Langkah kegiatan:

1. Peserta didik diajak mempersiapkan diri dan alat tulis
2. Konselor membacakan contoh un sent letter
3. Peserta didik diminta menuliskan nama penulis surat
4. Peserta didik diminta menuliskan nama tujuan surat
5. Konselor memutar instrument musik pendukung
6. Konselor mengecek siswa menulis surat
7. Setelah selesai konselor meminta sampel siswa untuk membacakan un sent letternya di depan kelas

Evaluasi dan Refleksi:

1. Bagaimana perasaan kamu setelah menuliskan un sent letter untuk orang tuamu?
2. Apa yang paling membuat kamu menyanyangi orang tua mu? Hal yang paling kamu suka dari orang tua.
3. Apa yang paling tidak kamu suka dari orang tuamu?
4. Jika kamu diberi kesempatan untuk memperbaiki diri untuk membahagiakan dan berterimakasih kepada orang tuamu, kamu akan melakukan apa?



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017



- | | | |
|-------------------------|---|--|
| 1. Judul Materi | : | Show Your Self |
| 2. Bidang Bimbingan | : | Bimbingan Pribadi |
| 3. Fungsi Layanan | : | Pemahaman dan Pengembangan |
| 4. Jenis Layanan | : | Layanan Dasar |
| 5. Tujuan Layanan | : | <ul style="list-style-type: none">• Siswa dapat memahami potensi dalam dirinya• Siswa dapat mengetahui cara memanfaatkan potensi yang ada dalam dirinya |
| 6. Sasaran | : | Siswa Kelas X |
| 7. Alokasi Waktu | : | 2 X 45 Menit |
| 8. Semester | : | I |
| 9. Pihak yang diikutkan | : | Guru BK, Siswa |
| 10. Alat dan Bahan | : | Kertas, Bulpoin |
| 11. Metode layanan | : | Permainan dan Membuat iklan diri |
| 12. Deskripsi Proses | : | |

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	a. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa. b. Guru BK melakukan apersepsi. c. Guru BK mengecek kehadiran siswa. d. Melakukan Ice Breaking	10 Menit
Kegiatan Inti	a. Masing-masing siswa diminta menyiapkan kertas dan alat tulis b. Siswa diinstruksikan untuk membuat iklan tentang diri mereka untuk menunjukkan potensi dirinya c. Siswa harus menggambarkan aspek positif dan kelebihan dari diri mereka sendiri melalui gambar, kata atau kombinasi dari keduanya. d. Pada akhir sesi peserta berusaha mengiklankan dirinya agar potensi dirinya dapat termanfaatkan e. Biarkan siswa mengkonfirmasi kebenaran kualitas positif dalam iklan mereka dan menuliskan resolusi atas potensi yang ada pada dirinya f. Beberapa siswa diminta untuk maju dan membacakan hasil tulisannya. g. Guru BK membimbing siswa dalam melakukan diskusi yang berhubungan dengan tulisan yang dibacakan. h. Guru BK menyimpulkan inti materi.	55 Menit
Penutup	a. Siswa menyebutkan kembali poin-poin materi layanan yang telah diberikan.	10 Menit

	b. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan dari materi. c. Guru BK merencanakan tindak lanjut. d. Berdoa.	
--	--	--

13. Penilaian/Evaluasi
- a. Proses : Guru BK mengamati siswa
 - b. Hasil :
 - Siswa dapat mengetahui potensi dirinya
 - Siswa aktif dalam kegiatan layanan
 - Siswa dapat menjelaskan cara memanfaatkan potensi dirinya dengan menuliskan resolusi kedepan
14. Tindak Lanjut : Layanan individual
15. Sumber : Syaiful Zakaria. 2014. Cara Mudah Bergaul. [Online] tersedia:
<https://www.facebook.com/syaifulzakariya/posts/1577939475754958> (22 Maret 2016).

Yogyakarta, 4 Agustus 2016

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

**Tris Sutikna, SP.d
NIP. 195809171986021004**

**Filastri Kurniasari
NIM. 13104241040**

Lampiran 1: Materi

Show Your Self

1. **Kita harus aktif.** Untuk menunjukkan siapa kamu dan apa yang kamu punya (Potensi) kamu harus menjadi orang yang aktif. Karena menurut saya, orang itu akan akrab dengan kita jika kita yang memulai pembicaraan duluan atau istilahnya membuka topik dan mengajaknya bicara. Kita bisa memulai topiknya misalkan dengan kesukaan atau tentang tempat tinggalnya dan lain – lain.
2. **Percaya diri.** Kita harus percaya diri, Ini sangat penting karena jika kita tidak merasa confident dengan diri kita sendiri, kita akan enggan dan cenderung menjadi orang yang pemalu dan susah mendapatkan teman karena orang juga enggan berteman atau berbicara dengan kita jika kita hanya diam dan tidak percaya diri untuk membuka suatu pembicaraan.
3. **Jadilah diri sendiri.** Jadilah orang yang apa adanya.”Be yourself”.ini penting juga karena dalam hidup lebih enak untuk kita hidup dengan penuh kejujuran.Jangan pernah berbohong jika kita ingin mendapatkan teman baru.Jadilah diri sendiri.
4. **Improvisasi & wawasan luas.** Dalam bergaul dibutuhkan improvisasi dalam berbicara kepada orang lain.Karena jika kita tidak pintar dalam berimprovisasi pasti kita akan terlihat membosankan atau tidak ada topik2 baru yang bisa diperbincangkan .Maka dari itu kita harus pintar – pintar berimprovisasi agar kita dapat lebih terlihat menarik terhadap lawan bicara kita sehingga pembicaraan yang kita lakukan tidak boring. Selain itu kita juga harus mempunyai wawasan yang luas karena ini sangat penting untuk membantu kita mencari topik atau bahan pembicaraan.Misalkan lawan bicara kita membicarakan tentang politik tetapi kita tidak punya wawasan tentang politik pasti kita kelihatan tidak nyambung dan terjadi misscommunication.Ini harus dihindari apalagi jika kita ingin berkenalan dengan orang yang belum kita kenal.
5. **Kita harus mempunyai kesamaan.** Dalam bergaul minimal kita harus mempunyai kebiasaan misalkan dari hobi,kesukaan,sifat dll.Contoh teman saya yang baru saya kenal mengajak saya bermain billyard tetapi saya tidak bisa bermain billyard maka kita telah kehilangan kesempatan untuk dekat dengan teman yang kita baru kenal itu.Lain lagi jika saya bisa bermain billyard pasti saya dapat lebih dekat dengan teman yang saya baru kenal itu karena dari bermain billyard kita bisa lebih akrab karena biasanya di saat moment seperti inilah kita dapat akrab dengan orang lain.Tetapi ini hanya contoh.Kita bisa mengambil contoh yang lain kok.ok.
6. **Jadilah pribadi yang menyenangkan dan baik di mata orang lain dan bagi diri sendiri.** Ini penting karena jika kita dapat menyenangkan orang lain terutama orang yang baru kita kenal pasti orang itu akan merasa nyaman di dekat kita dan bisa menambah keakraban.Seperti kita bisa melakukan canda tawa, ngelawak, ngelenong juga. Selain itu kita juga harus bersikap baik seperti tidak menyinggung perasaan orang lain apalagi yang baru kita kenal.

Lampiran 2. Ice Breaking

FIND YOUR SELF

Tujuan:

- a. Siswa dapat menjadi pribadi yang terbuka dan menerima kondisi diri siswa
- b. Siswa dapat memahami siapa dirinya dengan mengenali potensi diri siswa
- c. Siswa dapat mengembangkan sikap positif yang ada pada diri siswa dengan menuliskannya.

Alat : Kertas, Bulpoin
Waktu : 10 menit
Jumlah pemian : Semua siswa

Langkah permainan:

1. Guru BK meminta siswa untuk menyiapkan selebar kertas dan bulpoin
2. Guru BK meminta siswa untuk menuliskan sikap positif dan potensi yang ia miliki dalam bentuk poin-poin
3. Guru BK meminta siswa secara untuk membacakan apa yang siswa tulis dan mempromosikan di depan kelas.

Evaluasi dan Refleksi:

1. Berapa banyak potensi/sikap positif yang kamu miliki?
2. Dapatkan itu kamu gunakan untuk masa depan kehidupanmu?
3. Bagaimana kamu mengembangkan potensi tersebut kedepannya?
4. Dapatkah potensimu digunakan sebagai modal untuk sukses? Cukupkah modal yang kamu tulis tersebut?
5. Bagaimana kamu melengkapi kekurangan yang ada, jika yang kamu tulis belum cukup?
6. Apa kalian pernah menuliskan resolusi?

Lampiran 3:

Advertising

Tujuan :

- a. Untuk mempromosikan peningkatan potensi diri
- b. Untuk mengidentifikasi sikap positif yang dimiliki
- c. Siswa menyadari bahwa dirinya mampu menjadi anak yang sukses dengan potensi yang ia miliki dan menuliskannya dalam bentuk resolusi

Bahan/Alat : Kertas, Bulpoin

Waktu : 55 Menit

Jumlah Pemain: Semua Siswa

Langkah Kegiatan:

- a. Guru BK meminta masing-masing siswa menyiapkan kertas dan bulpoin
- b. Guru BK meminta siswa untuk menuliskan nama panjang dan gelar yang ingin dimiliki di masa depan
- c. Siswa diinstruksikan untuk membuat resolusi yang ingin dicapai di masa depan
- d. Siswa diminta untuk menulis iklan tentang diri mereka agar resolusi siswa tercapai
- e. Pada akhir sesi eserta berusaha mengiklankan dirinya agar resolusinya tercapai
- f. Biarkan siswa mengkonfirmasi kebenaran kualitas positif dalam iklan mereka.
- g. Guru BK memandu siswa menyimpulkan pesan dari permainan

Evaluasi dan Refleksi:

- a. Gelar apa yang ingin kamu miliki di masa depan?
- b. Apa resolusi yang ingin dicapai di masa depan?
- c. Sebut dan jelaskan iklan tentang diri kamu agar resolusi siswa tercapai.
- d. Sudah menarikkah iklan yang kamu buat dan bisakah untuk mencapai resolusi menurut perkiraanmu?
- e. Benarkah kualitas positif dalam iklan mereka. Apa ada hal yang belum ada pada dirimu tapi kamu tambah-tambahkan?
- f. Guru BK memandu siswa menyimpulkan pesan dari permainan



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017



1. Topik : Sudahkah kamu merencanakan masa depanmu?
2. Bidang Bimbingan : Belajar dan Karir
3. Tujuan Pembelajaran :
 - Siswa mengetahui perencanaan masa depan?
 - Manfaat perencanaan masa depan
 - Cara merencanakan masa depan
4. Fungsi : Pemahaman dan pengembangan
5. Sasaran : Siswa kelas X
6. Waktu : 1 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Konselor/ guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Cerita dan tanya jawab
10. Media/alat : :
11. Pokok-pokok materi :
 - Apa itu perencanaan masa depan?
 - Manfaat perencanaan masa depan
 - Cara merencanakan masa depan

12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam2. Guru BK meminta ketua kelas untuk memimpin berdoa.3. Guru BK memperkenalkan diri4. Guru BK mengcek kehadiran siswa5. Guru BK menginstruksikan siswa untuk mengikuti keseluruhan program layanan6. Ice Breaking	10 menit
Inti	<p>Sesi 1:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru BK memberikan intruksi mulai kegiatan inti2. Guru BK menjelaskan peraturan layanan3. Guru BK menyampaikan materi <p>Guru BK Sesi 2:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengawali cerita2. Guru BK membuka sesi tanya jawab3. Guru BK menjawab peranyaan dengan cerita, dan seterusnya	25 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa menjelaskan inti layanan dan menjelaskan apa yang didapatkan dari kegiatan layanan2. Siswa menyampaikan rencana kedepannya dengan cerita	10 Menit

	3. Guru BK merencanakan tindak lanjut dan terimakasih atas partisipasi siswa 4. Berdoa	
--	--	--

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa
- b. Penilaian hasil : a Laiseg:
 - Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan
 - Siswa mampu menceritakan rencana kedepan
 - Siswa dapat melakukan tanya jawab dengan konselor
- b.Laijapen:
 - Siswa mampu menjadi pribadi yang memiliki perencanaan masa depan selama sekolah belajar dan karir
- f. Laijapan:
 - Siswa mampu menjadi pribadi yang memiliki perencanaan masa depan belajar dan karir dalam kehidupannya

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, 5 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

Filastri Kurniasari

NIP. 195809171986021004

NIM. 13104241040

Lampiran 1: Materi

Sudahkan kamu merencanakan masa depanmu?

1. Apa itu perencanaan?

- a. DEACON. Perencanaan adalah upaya menyusun berbagai keputusan yang bersifat pokok, yang dipandang paling penting dan yang akan dilaksanakan menurut urutannya guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan
- b. DRUCKER. Perencanaan adalah suatu proses yang diorganisasi dan dilaksanakan secara sistematis dengan menggunakan pengetahuan yang ada sesuai keputusan yang telah ditetapkan bersama
- c. GOETZ. Perencanaan adalah kemampuan memilih satu kemungkinan dari berbagai kemungkinan yang tersedia dan yang dipandang paling tepat untuk mencapai tujuan.
- d. GEORGE PICKETT & JOHN J. HANLON. Perencanaan adalah proses menentukan bagaimana mencapai suatu tujuan begitu tujuan itu ditetapkan (https://carapedia.com/pengertian_definisi_perencanaan_info2066.html)

Dari pengertian-pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perencanaan adalah kegiatan yang akan dilaksanakan di masa yang akan datang untuk mencapai tujuan dan dalam perencanaan itu mengandung beberapa unsur, diantaranya sejumlah kegiatan yang ditetapkan sebelumnya, adanya proses, hasil yang ingin dicapai, dan menyangkut masa depan dalam waktu tertentu. (<http://labibahrukmana.blogspot.co.id/2013/10/manfaat-perencanaan.html>)

2. Manfaat Merencanakan Masa Depan

Perencanaan mempunyai banyak manfaat, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Membantu manajemen untuk menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan lingkungan,
- b. Membantu dalam kristalisasi persesuaian dalam masalah-masalah utama,
- c. Memungkinkan manajer memahami keseluruhan gambaran operasi lebih jelas,
- d. Pemilihan berbagai alternatif terbaik,
- e. Standar pelaksanaan dan pengawasan,
- f. Penyusunan skala prioritas, baik sasaran maupun kegiatan,
- g. Menghemat pemanfaatan sumber daya organisasi,
- h. Alat memudahkan dalam berkoordinasi dengan pihak terkait,
- i. Membuat tujuan lebih khusus, terperinci dan lebih mudah dipahami,
- j. Meminimumkan pekerjaan/kegiatan yang tidak pasti,
- k. Menghemat waktu, usaha dan dana.

3. Cara Merencanakan Masa Depan

Dalam perencanaan ada beberapa langkah, diantaranya adalah:

- a. Tahap I: menetapkan tujuan atau serangkaian tujuan,
- b. Tahap II: merumuskan keadaan saat ini,
- c. Tahap III: mengidentifikasi segala kemudahan dan hambatan, dan
- d. Tahap IV: mengembangkan rencana atau serangkaian kegiatan untuk mencapai tujuan. (https://carapedia.com/pengertian_definisi_perencanaan_info2066.html)



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL



SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : Memaafkanlah, dan lanjutkan hidupmu!
2. Bidang Bimbingan : Pribadi
3. Tujuan Pembelajaran :
 - Siswa mengetahui pengertian memaafkan
 - Siswa mengetahui manfaat memaafkan
 - Siswa mengetahui cara menjadi pribadi yang mudah memaafkan
 - Siswa mampu menjadi pribadi yang mudah memaafkan
4. Fungsi : Pengembangan dan pemahaman
5. Sasaran : Siswa kelas X
6. Waktu : 2 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Konselor/ guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Ekspresif Writing
10. Media/alat : Kertas, Bulpoin
11. Pokok-pokok materi :
 - Apa itu memaafkan?
 - Manfaat Memaafkan
 - Cara-cara menjadi pribadi yang mudah memaafkan
12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam2. Guru BK meminta ketua kelas untuk memimpin berdoa.3. Guru BK memperkenalkan diri4. Guru BK mengcek kehadiran siswa5. Guru BK menginstruksikan siswa untuk mengikuti keseluruhan program layanan6. Ice Breaking	15 menit
Inti	<p>Sesi 1:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru BK memberikan intruksi mulai kegiatan inti2. Guru BK menjelaskan peraturan layanan3. Guru BK menjelaskan materi layanan <p>Sesi 2:</p> <ol style="list-style-type: none">4. Guru BK meminta siswa mengingat satu kesalahan dimana ia tidak bisa memaafkan dirinya sendiri5. Guru Bk memberikan contoh kesalahan6. Guru BK meminta siswa untuk menuliskan apa yang akan di lakukan kedepan	45 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa menyebutkan kegiatan apa saja yang telah dilakukan dan menyebutka nilai positif yang didapatkan2. Perwakilan siswa menyampaikan rencana kedepan bagaimana ia akan	15 Menit

	<p>belajar dari kesalahan, memaafkan dan melanjutkan kehidupannya</p> <p>3. Guru BK merencanakan tindak lanjut dan terimakasih atas partisipasi siswa</p> <p>4. Berdoa</p>	
--	--	--

13. Evaluasi

a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa

b. Penilaian hasil : a Laiseg:

-Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan

- Siswa mampu menuliskan ekspresif writing

-Siswa dapat mengetahui cara menjadi pribadi yang belajar dari, kesalahan dan memaafkan

b.Laijapen:

-Siswa mampu menjadi pribadi yang dapat belajar dari kesalahan dan memaafkan di lingkungan sekolah

f. Laijapan:

-Siswa mampu menjadi pribadi yang mampu memperbaiki diri dan dapat memaafkan dalam kehidupanya

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, 10 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

Filastri Kurniasari

NIP. 195809171986021004

NIM. 13104241040

Mudah memaafkan

1. Apa itu mudah memaafkan?

Memaafkan merupakan upaya untuk mereduksi stres, diartikan sebagai penggantian emosi negatif menjadi emosi yang lebih positif (Worthington, 2004). Memaafkan, sendiri dapat dibedakan menjadi dua,yaitu memaafkan sebagai sebuah keputusan dan secara emosi (Mc.Cullough, 2000). Memaafkan sebagai sebuah keputusan membuat individu mampu membebaskan orang yang bersalah dari konsekuensi perbuatannya dan melindungi perasaan pribadi. Sedang memaafkan secara emosi, individu lebih dapat menerima dan berempati dengan kesalahan yang dilakukan oleh pihak lain Individu tidak memiliki pemikiran negatif terhadap perilaku pihak lain dan memandang konflik yang terjadi sebagai hal yang harus dilakukan. (<http://jipp.uhamka.ac.id/index.php/jipp/article/view/5/5>)

Jadi dapat disimpulkan mudah memaafkan adalah Memaafkan sebagai sebuah keputusan membuat individu mampu membebaskan orang yang bersalah dari konsekuensi perbuatannya dan melindungi perasaan pribadi dengan ringan hati ddan ikhlas, tanpa merasa terbebani.

2. Manfaat Memaafkan

Karya ilmiah “*Forgiveness in Health Research and Medical Practice*” (Memaafkan dalam Penelitian Kesehatan dan Praktek Kedokteran), di jurnal *Explore*, Mei 2005, Vol.1, No. 3, Worthington dkk.

- a. Memaafkan dapat membawa pada kesehatan mental secara umum dengan cara meningkatkan sosial support, kualitas hubungan dan agama.
- b. Memaafkan meningkatkan pemulihan penyakit jantung dan pembuluh darah.
- c. Kajian ilmiah membuktikan bahwa memaafkan terkait erat dengan kemampuan orang dalam mengendalikan dirinya.
- d. Didunia kesehatan dan kedokteran memaafkan digunakan sebagai obat penanganan pasien penderita sejumlah penyakit berbahaya
- e. Sikap memaafkan mengurangi gangguan kerusakan aliran darah otot jantung yang dipicu oleh sikap marah.
- f. Selain dampak baiknya pada kesehatan jasmani dan rohani, kaitan antara erat sikap memaafkan dengan hubungan antar-manusia, seperti hubungan pertemanan anggota keluarga, maupun anggota masyarakat.

3. Cara Menjadi Pribadi yang Mudah memaafkan

a. Belajar Dari Anak Kecil

Dalam memaafkan, kita perlu belajar dari anak kecil. Usai bertengkar, mereka cepat baikan lagi, main bareng lagi. Bukan bermaksud buat menyederhanakan hal yang kompleks, tapi kesalahan yang diperbuat sudah berlalu dan tidak bisa ditarik lagi.

b. Memaafkan Bukan Untuk Mereka, Tapi Untuk Diri Kita

Menyimpan kemarahan dalam hati berarti menyimpan bibit penyakit. Maafkanlah bukan demi mereka, tapi demi kedamaian hatimu sendiri. Dengan memaafkan, kamu akan terbebas dari beban di hatimu

c. Sadari Bahwa Manusia Memang Tempatnya Khilaf

Kita semua manusia tempatnya berbuat salah, baik disadari atau tidak. Perbuatan yang dilandasi niat baik aja kadang bisa berbalik menjadi suatu kesalahan. Selama mereka emang berniat memperbaiki diri, tidak ada kita maafkan.

d. Jangan Terpaku Pada Masa Lalu

Dengan merelakan semua yang udah terjadi, urusanmu dengan kemarahan atau kesedihan terhadap orang yang berbuat salah padamu juga selesai. Lebih baik, kamu berfokus membangun kenangan baru yang indah, hidup dengan baik di kekinian, untuk menghapus kenangan masa lalu yang buruk.

e. Ingat Pentingnya Dimaafkan Buatmu

Kalo kamu belum bisa memaafkan seseorang, coba deh bayangkan kamu berada di posisi orang yang berbuat kesalahan. Gimana? Tidak enak bukan? Belajar memaafkanlah agar kamu juga dimaafkan dari kesalahan-kesalahan yang kamu perbuat.

f. Memaafkan Hanya Butuh Sedikit Energi

Menyimpan amarah dan dendam di hati ternyata jauh lebih menguras energi dibandingkan mencintai dan memaafkan, seperti halnya konflik lebih menguras tenaga dibandingkan kedamaian.

g. Tuangkan Amarahmu dalam tulisan

Tuliskan emosimu dengan jujur untuk orang yang telah menyakiti kamu, dan katakan betapa kecewa dan marahnya kamu karena mereka. Lalu, sobek-sobek dan bakar surat itu. Seiring asap yang membumbung, bayangkan kalo kamu sebenarnya gak marah-marah amat. Dan lepaskan kekecewaan dan amarahmu kepada mereka perlahan, seperti asap yang pelan-pelan menghilang.

h. Tidak Perlu Dipaksakan

Jika kamu belum merasa siap memaafkan, Tidak apa-apa. Maaf akan datang dengan sendirinya ketika kamu siap memberikannya. Tapi pahamilah, bahwa kemarahan dan kekecewaanmu pasti akan memudar seiring waktu, jadi kenapa menahan lama-lama hal yang sudah pasti akan hilang?

i. Apa yang Terjadi Padamu Bisa Diambil Hikmahnya

Alih-alih berfokus sama orang yang menyakiti kamu, kenapa kamu tidak berfokus pada hikmah yang bisa kamu ambil dari kejadian yang kamu alami? Allah bukan tanpa alasan memberi cobaan bagi umatnya. Yakin deh, kamu pasti bisa lebih mudah memaafkan mereka. Ingat Allah Maha Pemaaf. Mari kita saling memaafkan. (<http://qyusader.blogspot.co.id/2014/07/cara-agar-kamu-bisa-memaafkan-disaat.html>)

Lampiran 2: Ice Breaking

“FORGIVE”

Tujuan:

- a. Siswa dapat menjadi pribadi yang terbuka dan mudah memaafkan dengan memperkenalkan diri, menceritakan pengalamannya memaafkan orang lain
- b. Siswa dapat memahami siapa dirinya dengan mengenali diri dari cerita yang disampaikan
- c. Siswa dapat mencintai dirinya dengan belajar memaafkan
- d. Siswa menyadari bahwa dirinya mampu menjadi pribadi yang mudah memaafkan

Waktu : 10 Menit

Jumlah pemain : 4 Siswa

Langkahkegiatan:

1. Guru BK membagi kelompok berdasarkan teman sebangku
2. Guru BK mempersilahkan setiap siswa memperkenalkan diri dan menceritakan pengalamannya memaafkan orang lain (saling bercerita)
3. Guru BK meminta teman sebangku untuk menceritakan pelajaran apa yang bisa diambil dari sikap temannya dan membisikan kata motivasi untuk temannya
4. Guru BK meminta siswa untuk mengisi work sheet individu (berupa pecahan materi)
5. Guru BK meminta siswa membacakan materi sesuai dengan nomor urut secara bergilir

Evaluasi dan Refleksi:

1. Pendapat apa yang diberikan teman kamu?
2. Apa yang kamu dapat dari cerita temanmu?
3. Setelah mendengarkan cerita temanmu, apa arti memaafkan buat kamu?
4. Dapatkah kamu menerangkan materi yang kamu dapat ke depan kelas?

Lampiran 3:

“EKSPRESIKAN DENGAN TULISAN”

Tujuan:

- a. Siswa dapat menjadi pribadi yang mudah memaafkan
- b. Siswa dapat menjadi yang respek, memiliki rasa hormat, dan mengikuti istruksi dalam permainan
- c. Siswa dapat peduli dengan diri sendiri dan mampu menuliskan ekspresi perasaannya dalam bentuk tulisan

Waktu : 45 Menit

Jumlah siswa : Semua Siswa

Langkah layanan :

Sesi 1:

1. Guru BK membagikan kertas kepada siswa
2. Guru BK meminta perwakilan siswa membacakan contoh ekspresif writing
3. Guru BK meminta siswa memikirkan pengalaman pahit dimana ia memiliki kesalahan dan tidak bisa memaafkan diri sendiri
4. Guru BK meminta beberapa siswa untuk membacakannya didepan kelas

Evaluasi dan refleksi (langsung oleh guru BK)

1. Bagaimana perasaan kalian setelah menuliskan perasaan kalian ke dalam tulisan?
2. Adakah yang kesulitan mengekspresikan perasaannya dengan tulisan?
3. Adakah hal yang belum pernah kamu ekspresikan dalam tulisan itu selama ini?

Sesi 2: Setelah ada yang membacakan tulisannya (Menanyakan langsung kepada siswa)

1. Apa yang kamu dapatakan dari tulisan teman kamu?
2. Dari tulisan teman kamu adalah orang yang seperti apa buat kamu?
3. Dukungan apa yang akan kamu berikan untuk teman kamu?
4. Apa yang kamu lakukan seandainya menjadi temanmu?
5. Kamu belajar apa dari tulisan temanmu?



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017



1. Topik : Pantang Menyerah
2. Bidang Bimbingan : Pribadi
3. Tujuan Layanan : -Mengembangkan sikap pantang menyerah
-Siswa mampu pantang menyerah terhadap masalah dan cobaan hidup
4. Fungsi : Pengembangan
5. Sasaran : Siswa kelas X
6. Waktu : 2 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Guru BK/ Konselor dan siswa
9. Metode/teknik : Film
10. Media/alat : LCD, Laptop, Speaker
11. Pokok-pokok materi :
 - a. Pengertian pantang menyerah
 - b. Ciri-Ciri perilaku pantang Menyerah
 - c. Strategi membangun sikap pantang menyerah
12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa.2. Guru BK memperkenalkan diri3. Guru BK mengecek kehadiran siswa	15 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK menjelaskan topik apa yang akan disampaikan.2. Guru BK menjelaskan teknik apa yang akan digunakan dalam layanan bimbingan konseling serta menyampaikan instruksi sebagai berikut:<ol style="list-style-type: none">a. Guru BK menginstruksikan siswa ke labolatorium fisika	55 menit

	b. Guru BK mempersilahkan siswa duduk pada tempatnya c. Setelah film selesai guru BK membuka diskusi dengan melakukan Tanya jawab pada siswa	
Penutup	1. Siswa merefleksikan pesan film 2. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan dari materi 3. Guru BK merencanakan tindak lanjut 4. Berdoa	10 menit

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : a. Apakah siswa antusias dalam mengikuti layanan
b. Apakah siswa antusias dalam memahami materi
c. Apakah siswa aktif dalam kelas
- b. Penilaian Hasil : a. Apakah siswa mampu bertanggung jawab selama proses layanan
b. Apakah siswa mampu bertanggung jawab dalam kehidupannya

14. Tindak lanjut : layanan individual

Yogyakarta, 10 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

NIM. 13104241040

PANTANG MENYERAH

1. Pengertian pantang menyerah

Sikap pantang menyerah dan ulet adalah sikap yang tidak mudah patah semangat dalam menghadapi berbagai rintangan, selalu bekerja keras untuk mewujudkan tujuan, menganggap rintangan/hambatan selalu ada dalam setiap kegiatan yang harus dihadapi. Mereka yang menyerah sebelum mencapai tujuan, mereka adalah orang-orang yang gagal dan tak akan pernah sukses.

2. Ciri-Ciri Perilaku pantang Menyerah

a. Perilaku kerja keras

Perilaku dimana dalam mengerjakan sesuatu dilakukan secara bersungguh-sungguh, tanpa mengenal lelah demi tercapainya tujuan yang diinginkan.

b. Perilaku keyakinan diri/optimis

Adalah sikap perilaku yang tidak ragu-ragu, selalu percaya diri bahwa sesuatu yang diinginkan pasti akan tercapai.

c. Perilaku kemauan keras/semangat

Motor penggerak dari kerja keras adalah kemauan yang tinggi, didorong oleh semangat yang tinggi(tidak loyo). Mereka yang memiliki sikap pantang menyerah, akan selalu dalam keadaan bersemangat.

d. Perilaku berjiwa sabar dan tidak putus asa

Kata sukses dan gagal selalu berdampingan. Tatkala sukses tidak menjadikan besar kepala/ombong. Demikian pula tatkala belum berhasil, tidak menjadikan putus asa. Kegagalan adalah awal dari kesuksesan. Kegagalan adalah kesuksesan yang tertunda.

e. Perilaku selalu ingin maju

Tidak pernah puas dengan apa yang telah dicapainya saat ini. Mereka selalu ingin mencapai yang lebih baik dan lebih baik di saat berikutnya. Untuk mewujudkan semua ini dibutuhkan perilaku, antara lain :

- Disiplin, yaitu mentaati segala aturan yang berlaku
- Komitmen tinggi, selalu menepati janji/kesepakatan diri
- Kreatif dan inovatif, berpikir dan berbuat untuk menciptakan hal-hal yang baru
- Mandiri, tidak ketergantungan dengan orang lain, mampu mengerjakan sendiri
- Realistik, berpikir sesuai dengan akal sehat(tidak muluk-muluk)

f. Perilaku selalu mencari sesuatu yang baru

Terkadang orang ingin berbeda dengan yang lainnya. Untuk bisa berbeda, tentu diperlukan pemikiran yang mengarah pada terciptanya sesuatu yang baru.

3. Strategi membangun sikap pantang menyerah

- Jangan mudah menyerah dan akui kelemahan/kekurangan diri
- Motivasi diri sendiri
- Optimis bahwa segalanya akan berhasil dengan baik
- Terfokuslah pada tujuan, bukan hambatan
- Berani mengambil resiko
- Berani menghadapi tantangan
- Teruslah berusaha
- Jangan terpengaruh pada kegagalan orang lain



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017



1. Topik : Tanggung Jawab Kunci dari Kesuksesan
2. Bidang Bimbingan : Pribadi
3. Tujuan Layanan : -Mengembangkan sikap tanggung jawab siswa
-Siswa mampu bertanggung jawab terhadap diri sendiri
4. Fungsi : Pengembangan
5. Sasaran : Siswa kelas X
6. Waktu : 2 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Guru BK/ Konselor dan siswa
9. Metode/teknik : Film
10. Media/alat : LCD, Laptop, Speaker
11. Pokok-pokok materi : a. Pengertian tanggung jawab
b. Macam-macam
c. Wujud tanggung jawab

12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa.2. Guru BK memperkenalkan diri3. Guru BK mengecek kehadiran siswa	15 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK menjelaskan topik apa yang akan disampaikan.2. Guru BK menjelaskan teknik apa yang akan digunakan dalam layanan bimbingan konseling serta menyampaikan instruksi sebagai berikut:<ol style="list-style-type: none">a. Guru BK menginstruksikan siswa ke labolatorium fisikab. Guru Bk mempersilahkan siswa duduk pada tempatnya	55 menit

	c. Setelah film selesai guru BK membuka diskusi dengan melakukan Tanya jawab pada siswa	
Penutup	1. Siswa merefleksikan pesan film 2. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan dari materi 3. Guru BK merencanakan tindak lanjut 4. Berdoa	10 menit

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses :
 - a. Apakah siswa antusias dalam mengikuti layanan
 - b. Apakah siswa antusias dalam memahami materi
 - c. Apakah siswa aktif dalam kelas
- b. Penilaian Hasil :
 - a. Apakah siswa mampu bertanggung jawab selama proses layanan
 - b. Apakah siswa mampu bertanggung jawab dalam kehidupannya

14. Tindak lanjut : layanan individual

Yogyakarta, 10 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

NIP. 195809171986021004

Filastrri Kurniasari

NIM. 13104241040

Lampiran 1: Materi

“SUDAHKAH KAMU BERTANGGUNGJAWAB?”

1. Pengertian tanggung jawab

Tanggung jawab menurut kamus bahasa indonesia adalah, keadaan wajib menaggung segala sesuatunya. Sehingga bertanggung jawab menurut kamus umum bahasa indonesia adalah berkewajiban menaggung, memikul,menanggung segala sesuatunya,dan menanggung akibatnya.

Tanggung jawab adalah kesadaran manusia akan tingkah laku atau perbuatannya yang di sengaja maupun yang tidak di sengaja.tanggung jawab juga berarti berbuat sebagai perwujudan kesadaran akan kewajiban. Tanggung jawab itu bersifat kodrat,artinya sudah menjadi bagian hidup manusia ,bahwa setiap manusia di bebani dengan tanggung jawab.apabila di kaji tanggung jawab itu adalah kewajiban yang harus di pikul sebagai akibat dari perbuatan pihak yang berbuat.

2. Macam macam tanggung jawab

Manusia itu berjuang memenuhi keperluannya sendiri dan untuk keperluan orang lain.dalam usahanya manusia juga menyadari bahwa ada kekuatan lain yang ikut menentukan yaitu kekuasaan tuhan.dengan denikian tanggung jawab itu dapat di bedakan menurut keadaan manusia atau hubungan yang di buatnya.atas dasar ini, lalu di kenal beberapa jenis tanggung jawab, yaitu:

a. Tanggung jawab terhadap diri sendiri

Tanggung jawab terhadap didir sendiri menuntut kesadaran setiap orang untuk memenuhi kewajibannya sendiri dalam mengembangkan keperibadian senbgai manusia pribadi.

b. Tanggung jawab terhadap keluarga

Keluarga merupakan masuarakat kecil.tiap anggota keluarga wajib bertanggung jawab kepada keluarganya.tanggung jawab ini menyangkut nama baik keluarga. Tetapi tanggung jawab juga merupakan kesejaterahaan ,keselamatan,pendidikan dan kehidupan

c. Tanggung jawab terhadap masyarakat

Pada hakekatnya manusia tidak bisa hidup tanpa bantuan manusia lain, selain dengan keduduknnya sebagai mahluk social.karena membutuhkan manusia lain maka ia harus berkomunikasi dengan manusia lain tersebut.

d. Tanggung jawab kepada bangsa/Negara

Suatu kenyataan lagi, bahwa tiap manusia,tiap individu adalah warga Negara suatu Negara.dalam berpikir,berbuat,bertindak,bertingkah laku manusia terikat oleh norma-norma yang di buat oleh Negara.manusia tidak dapat berbuat semaunya sendiri.bila perbuatan manusia itu salah,maka ia harus bertanggung jawab kepada Negara.

e. Tanggung jawab terhadap tuhan

Tuhan menciptakan manusia di bumi ini bukanlah tanpa tanggung jawab,melainkan untuk menngisi kehidupan manusia mempunyai tanggung jawab langsung terhadap tuhan.sehingga tindakan manusia tidak bisa lepas dari hukuman-hukuman tuhan yang dituangkan dalam berbagai kitab suci mlalui brbagai macam agama.

3. Wujud tanggung jawab

a. Pengabdian

Pengabdian adalah perbuatan baik yang berupa pikiran,pendapat sebagai perwujudan kesetiaan, atau suatu kesetiaan yang di lakukan dengan ikhlas. Pengabdian itu ada hakekatnya adalah rasa tanggung jawab.apabila orang bekerja keras seharian penh untuk mencukupi kebutuhan.lain hal nya jika kita membantu teman dalam kesulitan mungkin sampai berhari-hari itu bukan pengabdian,tetapi hanya bantuan saja.

b. Pengorbanan

Pengorbanan berasal dari kata korban yang berarti persesembahan,sehingga pengorbanan berarti pemberian untuk menyatakan kebaktian.dengan demikian pengorbanan yang bersifat kebaktian itu mengandung unsur keikhlasan yang tidak mengandung pamrih.

c. Perbedaan pengabdian dan pengorbanan

Perbedaan antara pengertian pengabdian dan pengabdian tidak begitu jelas. Karena adanya pengabdian tentu ada pengorbanan. Antara sesama kawan, sulit di katakana pengabdian, karena kata pengabdian mengandung arti lebih

rendah tingkatnya.tetapi untuk kata pengorbanan dapat juga diterapkan kepada sesama teman. Pengorbanan merupakan akibat dari pengabdian.pengorbanan dapat berupa harta benda , pikiran, perasaan, bahkan dapat juga berupa jiwanya. Pengabdian lebih banyak menunjukan kepada perbuatan sedangkan, pengorbanan lebih banyak menunjukan kepada pemberian sesuatu misalnya berupa pikiran ,perasaan, tenaga,biaya,waktu. Dalam pengabdian selalu ditunut pengorbanan, tetapi pengorbanan belum tentu menuntut pengabdian.

Sumber: Bagus. 2011. Manusia dan Tanggung Jawab. [online] tersedia:
<http://baguspemudaindonesia.blogdetik.com/2011/04/20/manusia-dan-tmt>



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL



SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : Membangun Kepercayaan
2. Bidang Bimbingan : Sosial
3. Tujuan Pembelajaran :
 - Siswa mengetahui pengertian membangun kepercayaan
 - Siswa mengetahui manfaat membangun kepercayaan
 - Siswa mengetahui cara-cara membangun kepercayaan
 - Siswa mampu membangun kepercayaan
4. Fungsi : Preventif
5. Sasaran : Siswa kelas X
6. Waktu : 1 x 45 menit
7. Tempat : Di dalam kelas
8. Pihak terkait : Konselor/ guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Game
10. Media/alat : Slayer, Harta Karun Kepercayaan
11. Pokok-pokok materi :
 - Pengertian membangun kepercayaan
 - Manfaat membangun kepercayaan
 - Cara-cara membangun kepercayaan
12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam2. Guru BK meminta ketua kelas untuk memimpin berdoa.3. Guru BK memperkenalkan diri4. Guru BK mengcek kehadiran siswa5. Guru BK menginstruksikan siswa untuk mengikuti keseluruhan program layanan6. Ice Breaking (“Share and Care”)	10 menit
Inti	<p>Sesi 1:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru BK memberikan intruksi mulai kegiatan inti (“THE TRUST”)2. Guru BK memulai game dengan meminta siswa membentuk kelompok3. Guru BK membimbing siswa untuk menentukan orang ke-1, orang ke-2, dan orang ke-34. Guru BK menjelaskan peraturan permainan5. Guru BK memberikan contoh permainan kepada siswa6. Masing-masing kelompok mempersiapkan diri dan mengatur strategi permainan <p>Sesi 2:</p>	25 menit

	<p>7. Siswa bersama kelompoknya memulai permainan dan bersaing dengan kolompok lain.</p> <p>8. Setiap siswa harus memainkan semua peran (pemain, dan pemberi intruksi)</p> <p>9. Permainan dihentikan apabila semua kelompok sudah menyelesaikan tugasnya.</p>	
Penutup	<p>1. Siswa menyebutkan kegiatan apa saja yang telah dilakukan dalam layanan dan menyebutkan nilai positif yang didapatkan dari kegiatan layanan</p> <p>2. Perwakilan siswa menyampaikan rencana kedepan bagaimana ia akan mengaplikasikan cara-cara membangun kepercayaan dalam kehidupannya</p> <p>3. Guru BK merencanakan tindak lanjut dan terimakasih atas partisipasi siswa</p> <p>4. Berdoa</p>	10 Menit

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa
- b. Penilaian hasil : a Laiseg:
 - Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan
 - Siswa mampu memainkan permainan
 - Siswa dapat mengetahui cara membangun kepercayaan
- b.Laijapan:
- Siswa mampu membangun kepercayaan di lingkungan sekolah
- f. Laijapan:
- Siswa mampu membangun kepercayaan dalam kehidupanya secara konsisten

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, 16 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

Filastri Kurniasari

NIP. 195809171986021004

NIM. 13104241040

MEMBANGUN KEPERCAYAAN

1. Pengertian membangun kepercayaan

Kepercayaan adalah kemauan seseorang untuk bertemu pada orang lain dimana kita memiliki keyakinan padanya. Kepercayaan merupakan kondisi mental yang didasarkan oleh situasi seseorang dan konteks sosialnya. Ketika seseorang mengambil suatu keputusan, ia akan lebih memilih keputusan berdasarkan pilihan dari orang-orang yang lebih dapat ia percaya dari pada yang kurang dipercayai (Moorman, 1993). Menurut Rousseau et al (1998), kepercayaan adalah wilayah psikologis yang merupakan perhatian untuk menerima apa adanya berdasarkan harapan terhadap perilaku yang baik dari orang lain.

Dari pengertian diatas, dapat disimpulkan membangun kepercayaan adalah adalah suatu usaha yang dilakukan seseorang untuk dapat mempercayai dan dipercayai orang lain. Usaha ini dapat berupa membentuk mental, kebiasaan dan perilaku positif yang sesuai konteks sosialnya agar dapat di terima orang lain.

2. Manfaat membangun kepercayaan

Kepercayaan merupakan hal yang penting karena bermanfaat dalam kehidupan sosial dapat membantu mengembangkan kemampuan kerjasama, meningkatkan kolaborasi dan meningkatkan kemampuan bersosialisasi. Sangat penting membangun kepercayaan dalam kehidupan sosial. Karena kita akan menjadi pribadi yang dapat bertindak dengan integritas dan konsisten. Manfaat lain dari membangun kepercayaan antara laian: Kamu akan dipercaya banyak orang dan mempunyai banyak rekan, sahabat serta relasi.

3. Cara-cara Membangun Kepercayaan

a. Menjalin komunikasi positif

Komunikasi merupakan salah satu cara dalam mengembangkan kepercayaan, dan ini merupakan hal yang sangat penting. Jika kamu ingin dipercaya, kamu perlu menjalin komunikasi dengan orang lain. Komunikasi akan memudahkan kamu untuk memahami orang lain, dan sebaliknya. Sehingga kepercayaan diantara keduannya akan terbentuk. (<http://dokternasir.web.id/2009/10/10-cara-membangun-kepercayaan.html>)

b. Jujur

Ibarat sebuah rumah, dibutuhkan tiang agar rumah dapat berdiri kokoh. Begitu pula ketika berbicara tentang kepercayaan, dibutuhkan kejujuran untuk membangun sebuah kepercayaan. Kejujuran adalah hal yang sangat dibutuhkan dalam membangun kepercayaan . Lewat kejujuran kamu akan dengan mudah mendapatkan yang namanya kepercayaan.

c. Empati

Kita adalah makluk sosial yang membutuhkan orang lain. Untuk itu penting buat kamu untuk dapat memahami orang laian. Memahami orang lain dapat dilakukan dengan beremapi. Mersakan apa yang dirasakan orang laian. Dengan berempati orang lain akan percaya kepada kita. Karena kita bisa memahami apa yang dirasakanya.

d. Memperlakukan Orang dengan Hormat

Semenjak kecil kita diajarkan oleh orang tua dan guru untuk berlaku hormat pada orang lain. Namun, karena pengaruh lingkungan, nilai-nilai tersebut mulai luntur, kita malah terbawa pada kebiasaan buruk meremehkan dan perilaku membicarakan keburukan orang di belakang seseorang. Padahal, mereka berhak diperlakukan dengan hormat. Ketika kamu memperlakukan orang lain dengan hormat, maka mereka akan menaruh banyak kepercayaan pada kamu.

e. Tanggung Jawab

Betanggung jawab atas sesuatu yang diamanahkan pada kamu. Berani mengambil bertanggung jawab memang sulit. Akan tetapi, ketika kamu berani mengambil tanggung jawab dan melakukannya dengan sebaik-baiknya maka orang lain akan mengakui kualitas diri kamu. Kepercayaan orang lain terhadap kamu akan meningkat karena kamu dapat diandalakan.

f. Konsisten

Yang tidak kalah penting, konsistenlah dengan perilaku-perilaku diatas. Jangan hanya sesekali saja anda melakukannya. Konsistensi adalah kunci untuk menjaga kepercayaan orang lain kepada anda.(<http://www.akuinginsukses.com/11-kunci-untuk-membangun-kepercayaan/>)

Lampiran 2: Ice Breaking

“SHARE AND CARE”

Tujuan:

- a. Siswa dapat mengenal dan membangun hubungan dengan memperkenalkan diri kepada teman-temannya
- b. Siswa dapat menjalin komunikasi dengan menceritakan pengalaman pernah dibohongi atau dikhianati
- c. Memperlakukan orang lain dengan hormat dan empati dengan mendengarkan dengan sepenuh hati ketika teman menceritakan pengalamannya

Waktu : 7 Menit

Jumlah pemain : 4 Siswa

Langkah permainan :

1. Guru BK mempersilahkan setiap siswa memperkenalkan diri dan menyebutkan pengalaman pernah dibohongi atau dikhianati
2. Guru BK mengambil tiga sampel siswa maju kedepan kelas dan menceritakan lebih lanjut pengalamannya tersebut
3. Guru BK meminta satu anak siswa yang belum pernah dibohongi dan menanyakan pentingnya kepercayaan menurutnya dan bagaimana ia membangunnya.
4. Siswa tersebut diminta menentukan ketua kelompok-1, ketua kelompok-2 dan ketua kelompok ke-3 dari tiga temannya yang maju kedepan
5. Setelah kelompok terbentuk, masing-masing ketua kelompok diminta memilih anggota kelompok

Evaluasi dan Refleksi: (Ditanyakan kepada siswa yang tidak maju)

1. Setelah mendengarkan cerita temanmu, temanmu itu orang yang seperti apa sih?
2. Kamu belajar apa dari cerita temanmu?
3. Diantara bertiga, jika kamu bertukar posisi kamu ingin menjadi siapa?
4. Apa yang kamu lebih mengenal temanmu setelah melakukan permainan ini?
5. Apakah temanmu merupakan tipe orang yang bisa dipercaya dari ceritanya?

Lampiran 3:

”THE TRUST”

Tujuan:

- a. Siswa dapat membangun kepercayaan dengan teman-temannya
- b. Siswa dapat mengambil tanggung jawab dengan cara aktif memainkan peran dalam permainan
- c. Siswa dapat berbuat jujur selama permainan
- d. Siswa dapat berbagi (sharing) pengalaman dan pesan setelah permainan
- e. Siswa mampu mengaplikasikan pesan permainan dalam kehidupan secara konsisten

Waktu : 25 Menit

Jumlah pemain : Berkelompok (3)

Langkah permainan :

1. Guru BK membagi kelompok menjadi 3 kelompok (terbentuk saat ice breaking)
2. Ketiga kelompok tersebut dipersilakan menempati area permainan
3. Masing-masing kelompok diminta menentukan orang ke-1, orang ke-2 dan seterusnya
4. Setelah ditentukan, orang ke-1 sebagai pemain pertama (mata ditutup dengan slayer)
5. Siswa lain bertugas menginstruksikan pemain untuk menemukan harta karun “kepercayaan” (instruksi di lakukan hanya menggunakan suara, kenali suara teman)
6. Setelah pemain ke-1 mendapatkan harta karun “kepercayaan”, maka langsung dilanjutkan oleh orang ke-2 dan seterusnya
7. Kelompok yang menyelesaikan tugasnya paling cepat merekalah pemenangnya.

Evaluasi dan Refleksi: (Di tulis dalam kelompok dan di presentasikan)

1. Apakah setiap anggota kelompokmu bisa menemukan karta karun “kepercayaan”?
2. Adakah kesulitan ketika kamu menginstruksikan teman kelompokmu?
3. Apa kamu memahami instruksi teman kelompokmu?
4. Apa yang kamu rasakan seandainya semua teman kelompokmu tidak mempercayaimu selama permainan?
8. Seberapa penting kepercayaan dalam permainan tadi menurut kelompokmu?
9. Jika diminta menilai 1-10. Berapa tinggi skor kepercayaan dalam kelompokmu?
10. Apa yang paling kamu suka, di percaya atau mempercayai?
11. Bagaimana cara kamu mengaplikasikan pesan-pesan dalam permainan pada kehidupan kamu?



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017



1. Topik : Menjadi Diri Sendiri
2. Bidang Bimbingan : Sosial
3. Tujuan Pembelajaran :
 - Siswa memahami pengertian menjadi diri sendiri
 - Siswa mengetahui manfaat menjadi diri sendiri
 - Siswa mengetahui cara menjadi diri sendiri
 - Siswa dapat menjadi diri sendiri dan tidak mudah terpengaruh orang lain
4. Fungsi : Preventif
5. Sasaran : Siswa kelas X
6. Waktu : 1 x 45 menit
7. Tempat : Di dalam kelas
8. Pihak terkait : Konselor/ guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Film
10. Media/alat : LCD, Laptop, speaker
11. Pokok-pokok materi :
 - Pengertian menjadi diri sendiri
 - Manfaat menjadi diri sendiri
 - Cara-cara menjadi diri sendiri
12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam2. Guru BK meminta ketua kelas untuk memimpin berdoa.3. Guru BK memperkenalkan diri4. Guru BK mengcek kehadiran siswa5. Guru BK menginstruksikan siswa untuk mengikuti keseluruhan program layanan	10 menit
Inti	<p>Sesi 1:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Guru BK memberikan intruksi mulai kegiatan inti (“THE TRUST”)2. Guru BK memulai game dengan meminta siswa membentuk kelompok3. Guru BK membimbing siswa untuk menentukan orang ke-1, orang ke-2, dan orang ke-34. Guru BK menjelaskan peraturan permainan5. Guru BK memberikan contoh permaianan kepada siswa6. Masing-masing kelompok mempersiapkan diri dan mengatur strategi permainan <p>Sesi 2:</p> <ol style="list-style-type: none">7. Siswa bersama kelompoknya memulai permainan dan bersaing dengan kolompok lain.8. Setiap siswa harus memainkan semua peran (emain, dan pemberi intruksi)9. Permainan dihentikan apabila semua kelompok sudah menyelesaikan tugasnya.	25 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa menyebutkan kegiatan apa saja yang telah dilakukan dalam layanan dan	10 Menit

	<p>menyebutkan nilai positif yang didapatkan dari kegiatan layanan</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Perwakilan siswa menyampaikan rencana kedepan bagaimana ia akan mengaplikasikan cara-cara membangun kepercayaan dalam kehidupannya 3. Guru BK merencanakan tindak lanjut dan terimakasih atas partisipasi siswa 4. Berdoa 	
--	---	--

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa
- b. Penilaian hasil : a Laiseg:
 - Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan
 - Siswa mampu memainkan permainan
 - Siswa dapat mengetahui cara membangun kepercayaan
- b.Laijapan:
- Siswa mampu membangun kepercayaan di lingkungan sekolah
- f. Laijapan:
 - Siswa mampu membangun kepercayaan dalam kehidupannya secara konsisten

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, 16 Agustus 2016

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

**Tris Sutikna, SP.d
NIP. 195809171986021004**

**Filastri Kurniasari
NIM. 13104241040**

MENJADI DIRI SENDIRI

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri (self-concept) adalah kesadaran seseorang mengenai siapa dirinya. Menurut Deaux, Dane, & Wrightsman (1993), konsep diri adalah sekumpulan keyakinan dan perasaan seseorang mengenai dirinya. Keyakinan seseorang mengenai dirinya bisa berkaitan dengan bakat, minat, kemampuan, penampilan fisik, dan lain sebagainya. Orang pun kemudian memiliki perasaan terhadap keyakinan mengenai dirinya tersebut, apakah dia merasa positif atau negatif, bangga atau tidak bangga, dan senang atau tidak senang dengan dirinya. Sebagai contoh, Rani memiliki keyakinan bahwa dirinya bukanlah seorang penyanyi professional dan mungkin dia tidak terlalu merasa bangga dengan hal itu, sehingga dia pun pasrah jika ada orang yang mengkritik tentang suaranya.

<http://www.wivrit.com/2013/12/pengertian-dari-konsep-diri.html>

2. Manfaat menjadi diri sendiri

a. Anda akan lebih bahagia

“Jika Anda ingin lebih bahagia. Jadilah diri sendiri” Leo Tolstoy. Tahun-tahun paling membahagiakan dalam hidup saya, termasuk hari ini, adalah hasil dari melakukan hal-hal yang memang ingin saya lakukan. Menjadi seseorang yang memang saya inginkan. Mengerjakan sesuatu yang saya yakini. Dan yang lebih penting, saya menjadi jujur pada diri sendiri.

Jika Anda terus-menerus melakukan segala hal untuk semata membuat orang lain bahagia, tapi bukan untuk diri Anda, Anda akan dilanda ketegangan mental yang luar biasa. Anda mesti menempatkan kebahagiaan diri Anda sendiri di atas segala apapun lainnya.

b. Anda akan menarik teman-teman yang tepat

Jika Anda menjalani seluruh hidup, sementara Anda merasa seperti ‘penipu’, menjadi pribadi palsu, dan hidup dalam kebohongan, maka teman-teman Anda akan ikut merefleksikan hal tersebut. Seperti pepatah mengatakan, Anda adalah seperti orang-orang sekeliling Anda, dan dalam banyak hal, ini adalah sesuatu yang benar. Jika Anda menginginkan seorang sahabat yang jujur, yang tidak takut untuk menunjukkan ‘kebenaran’, maka bisa jadi Anda harus memulainya dari diri sendiri. Setelah itu, baru kemudian Anda akan menarik seorang teman sejati. Jika Anda telah berusaha jujur pada diri sendiri, tapi teman-teman Anda berlaku sebaliknya, sepertinya harus menemukan teman-teman baru.

c. Anda tidak ingin membuktikan apapun kepada orang lain

Jika Anda harus membuktikan kejujuran Anda kepada orang lain, maka sebenarnya Anda telah kalah. Karena jika Anda merasa harus membuktikan sesuatu, maka biasanya, sesungguhnya Anda tidak mampu untuk melakukannya. Ketika Anda tahu siapa diri Anda, dan untuk apa Anda ‘ada’, mencoba untuk membuat orang lain kagum sudah tidak relevan lagi. Tinggalkan mereka yang menuntut Anda untuk membuktikan sesuatu.

d. Percaya diri Anda akan muncul

Helen Keller berkata: “*Optimisme adalah keyakinan yang menuntun pada sebuah pencapaian. Tidak ada sesuatu pun dapat diraih tanpa harapan dan keyakinan diri.*” Pada saat Anda mencintai siapa diri Anda, dan tidak mempermasalahkan tentang siapa diri Anda, maka kepercayaan diri secara otomatis akan muncul. Kurangnya kepercayaan diri adalah ketika Anda tidak bahagia dengan diri sendiri, karakter sendiri dan karena Anda merasa tidak mampu. Tapi bagi seseorang yang mencintai diri apa adanya, dan menjalani hari-harinya dengan cinta ini, maka percaya diri akan bersinar pada dirinya.

e. Anda menginspirasi orang lain

Ada banyak berjuta-juta orang di dunia ini yang kekurangan rasa percaya diri. Ada tak terhitung banyaknya orang-orang yang berjuang meraih rasa kepercayaan dirinya, menjadi diri mereka sendiri dan berani mengatakan pada dunia: inilah saya! Saya tahu ini, karena saya adalah termasuk salah satu dari mereka. Hanya dengan menjadi diri sendiri dan mengekspresikan pendapat

Anda, Anda bisa menginspirasi ratusan orang lain yang membutuhkannya. Anda dapat merubah hidup orang lain, hanya dengan menunjukkan kepada mereka, adalah hal baik untuk jujur, adalah hal baik untuk mengikuti hati. Karenanya, mulailah menginspirasi banyak orang sejak hari ini.

f. Anda akan memperoleh penghargaan lebih

Setiap orang akan melihat diri orang lain, apakah ia selebriti, artis, pengusaha, atlet profesional atau apapun itu. Kita melihat orang-orang tersebut, karena kita menghargai spirit mereka, keberanian mereka, percaya diri mereka dan kejujuran mereka. Kenyataannya, mereka telah melakukan hal yang mereka cintai, apa yang mereka yakini, dan mereka tidak membiarkan apapun atau siapapun dapat menghentikan mereka. Itu sangat luar biasa! Anda tidak perlu menjadi orang lain untuk mendapatkan penghargaan. Jika Anda melakukannya, justru Anda akan mendapatkan sebaliknya. Karena itu, jadilah diri sendiri, dan lihatlah betapa orang lain dengan hangat menghargai sebenarnya terhadap diri Anda yang sesungguhnya.

g. Anda mampu membuat keputusan yang lebih baik

Ketika Anda menempatkan diri sendiri di tempat pertama, Anda akan selalu bisa membuat sebuah keputusan yang lebih baik. Jika Anda selalu berusaha meniru orang lain, keputusan yang Anda buat akan cenderung seperti orang lain tersebut. Sehingga keputusan Anda berdasarkan pribadi yang bukan pribadi Anda. Sebaliknya, jika Anda jujur pada diri sendiri dan menghargai diri Anda, maka keputusan yang Anda buat akan jauh lebih bermakna, karena ia berdasarkan apa yang Anda rasakan, jauh di dasar diri.

h. Anda tidak akan merasa sebagai seorang penipu

Tidak ada seorang pun yang senang dengan merasa dirinya seorang penipu. Tidak ada seorang pun yang merasa bahagia dengan merasa sebagai peniru. Di sisi lain, tidak ada orang yang akan benar-benar menghargai seorang yang bukan dirinya sendiri. Jujurlah pada diri sendiri, jadilah diri sendiri, maka batin Anda akan merasa tenteram.

i. Orang-orang akan lebih mempercayai Anda

George MacDonald berkata: "*Dipercayaialah pengganti yang lebih baik daripada dicintai.*" Dan saya termasuk yang percaya dengan kalimat itu. Anda tidak akan bisa mencintai tanpa adanya rasa percaya, tapi Anda dapat mempercayai seseorang tanpa adanya rasa cinta. Bukankah begitu?

Coba pikirkan, siapa yang akan Anda percayai? Mereka yang menjaga kebenaran bersama Anda, mengatakan kebenaran itu, mengungkapkannya dengan lugas, atau seseorang yang tidak mampu mengatakan sesuatu tanpa dibarengi dengan kebohongan? Kejujuran selalu berlaku selamanya. Untuk itu, jika Anda ingin dipercayai, mulailah menjadi lebih jujur, terutama kejujuran pada diri sendiri. Sesederhana itu! (<http://erudisi.com/10-manfaat-menjadi-diri-sendiri/>)

3. Cara-cara menjadi diri sendiri

Berikut cara menjadi diri sendiri versi hukum-dps.blogspot.com

a. Kenali Identitasmu

Cara ini merupakan awal dari kita untuk mengenal siapa kita. Banyak orang yang gara-gara tidak mengenal identitas dirinya hanya bisa meniru gaya orang lain dan berakibat dia hanya menjadi penipu bagi dirinya sendiri dan tidak merasa nyaman menjalani hari-harinya. Cara ini buka cara yang cukup mudah karena anda harus bertanya kepada orang-orang yang ada disekitar anda yang anda anggap dia mengenal anda.

b. Percaya Diri

Dengan anda percaya diri dengan sikap dan sifat anda, maka lingkungan sekitar akan merasa anda berbeda dengan yang lain. Jangan pernah canggung dengan orang yang ada disekitar anda, sebab kunci sukses menjadi diri sendiri adalah percaya diri. Buatlah lingkungan sekitar anda mengenal anda sebagai orang yang special, bukan orang yang peniru sifat orang lain / labil.

C. Ikuti kata Hati

Kata hati adalah bagian dari jiwa kita yang peka akan sesuatu. Jika kalian dihadapkan dalam situasi tertentu, coba anda diam sejenak dan ikuti kata hati anda yang menurut anda benar. jangan terprovokasi oleh orang lain, sebab jawaban diri sendiri adalah yang terbaik (<http://hukum-dps.blogspot.co.id/2014/04/cara-menjadi-diri-sendiri.html>)



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN 2016



1. Topik : Draw Your Future
2. Bidang Bimbingan : Karir
3. Tujuan Pembelajaran :
 - Siswa memahami pengertian visualisasi
 - Siswa memahami pentingnya mevisualisasikan masa depan
 - Siswa memahami cara memvisualisasikan masa depan dengan gambar
 - Siswa mampu memvisualisasikan masa depan dalam gambar
4. Fungsi : Pencegahan dan Perbaikan
5. Sasaran : Siswa kelas X,
6. Waktu : 1 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Konselor/guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Ekspresif Drawing
10. Media/alat : Spidol/bolpoint, kertas,
11. Pokok-pokok materi :
 - Pengertian Visualisasi
 - Pentingnya mevisualisasikan masa depan
 - Cara memvisualisasikan masa depan dengan gambar
12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa.2. Guru BK memperkenalkan diri3. Guru BK mengabsensi siswa4. Ice Breaking	10 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK menjelaskan kegiatan layanan, nama metode “Ekspresif Drawing”2. Guru BK mebagikan kertas kepada siswa3. Siswa dapat memvisualisasikan masa depan dalam bentuk gambar4. Siswa dapat menjelaskan hasil gambarannya	35 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa dapat menyebutkan kembali point kegiatan layanan2. Perwakilan siswa menjelaskan gambar yang dibuatnya3. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan4. Guru BK merencanakan tindak lanjut5. Berdoa	5 menit

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa

- b. Penilaian hasil : a Laiseg:
-Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan
- Siswa mampu memainkan permainan
-Siswa dapat menentukan strategi belajar
- b.Laijapen:
-Siswa mampu membangun kebiasaan belajar yang menyenangkan
- f. Laijapan:
-Siswa mampu menjadi pembelajar seumur hidup

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, 30 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

Filastri Kurniasari

NIP. 195809171986021004

NIM. 13104241040

Lampiran 1: Materi

A. Pengertian Visualisasi

Visualisasi adalah pengungkapan suatu gagasan atau perasaan dengan menggunakan bentuk gambar, tulisan (kata dan angka), peta, grafik, dsb; **2** proses pengubahan konsep menjadi gambar untuk disajikan lewat televisi oleh produsen; (<http://www.artikata.com/arti-356321-visualisasi.html>)

Visualisasi adalah rekayasa dalam pembuatan gambar, diagram atau animasi untuk penampilan suatu informasi. Secara umum, visualisasi dalam bentuk gambar baik yang bersifat abstrak maupun nyata telah dikenal sejak awal dari peradaban manusia.

Pada saat ini visualisasi telah berkembang dan banyak dipakai untuk keperluan ilmu pengetahuan, rekayasa, visualisasi disain produk, pendidikan, multimedia interaktif, kedokteran, dll. (<https://handinha.wordpress.com/2010/04/30/>) .

Visualisasi adalah teknik yang digunakan oleh para pemenang dalam karier dan hidupnya. Apabila Anda menginginkan sesuatu berhasil, Anda harus menggunakan imajinasi Anda bekerja. Lihat hasil yang Anda inginkan, mainkan pertandingan yang Anda mainkan di dalam pikiran Anda atau bayangkan diri Anda menerima ijazah kuliah Anda. Batasnya adalah pikiran Anda sendiri.

B. Pentingnya memvisualisasikan masa depan

1. Memperbaiki pola pikir. Visualisasi itu seperti hipnotis: apabila Anda tidak yakin, tidak akan berhasil. Berpikir positif adalah langkah pertama untuk memastikan visualisasi ini efektif. Ini adalah langkah pertama untuk membuat mimpi menjadi bagian dari kehidupan nyata
2. Sebagai penyemangat/motivasi. Apabila Anda memvisualisasikan mendapatkan sesuatu atau mengerjakan sesuatu, bayangkan bagaimana Anda mencapainya. Apabila Anda ingin menjadi presiden, bayangkan karier politik. Bayangkan kampanye Anda. Bayangkan menghadiri penggalangan dana dan pertemuan politik penting. Bayangkan lampu merah di kamera saat Anda tampil di acara debat pertama Anda. Bagaimana cara Anda menguasai keadaan dalam visualisasi ini?
3. Memiliki gambaran yang jelas tentang masa depan yang kamu inginkan. Misalnya, apabila Anda mencoba untuk memukul bola, bayangkan Anda sedang memukul dengan jelas, tiap ayunan, pada ketinggian dan kecepatan yang tepat. Lihat bolanya dipukul oleh pemukul di tangan Anda, terbang ke udara dan mendarat di tempat yang ditentukan. Tambahkan seluruh rasa dari pengalaman tersebut -- mendengarkan suara bolanya datang, mendengarkan dan merasakan hentakan ketika bola dipukul, mencium bau rumput. Kemudian lakukan secara langsung!

C. Cara memvisualisasikan masa depan dengan gambar

1. **Visualisasikan kegiatan, acara, atau hasil yang Anda inginkan.** Pikirkan " apa yang Anda lihat adalah apa yang Anda dapatkan" dan bersiaplah untuk dipandu oleh kreativitas dan kekuatan pikiran Anda. Tutup mata Anda dan bayangkan. Hal itu adalah satu-satunya yang ada di dunia saat ini. Sisanya hanyalah kegelapan. Gambar saja Anda ingin membayangkan diri Anda menjadi seperti apa. Bayangkan pekerjaan Anda dengan nama Anda tertulis dengan mana profesi anda.
2. **Perbaiki pola pikir Anda.** Tidak ada satupun yang akan berubah membaik apabila Anda merasa kesal terhadap diri Anda sendiri dan terhadap kesempatan-kesempatan dalam hidup Anda. Pola pikir yang positif akan memperbaiki kesialan. Mengubah gelas yang setengah kosong menjadi setengah isi; hari yang hujan menjadi cerah. Rengkuh kesempatan untuk berubah dan melangkah maju. Anda sedang memulai perubahan tersebut!
3. **Pindahkan imajinasi Anda ke dalam dunia nyata.** Setelah Anda menghabiskan waktu sesaat, sehari, sebulan atau bahkan bertahun-tahun memvisualisasikan sasaran Anda, beralihlah ke tahap fokus. Tepat sebelum Anda melakukan aktivitas, tugas, atau

acara yang akan mencapai suatu hasil atau jalan menuju sasaran Anda, fokuskan dengan jelas gambar aksi yang akan Anda lakukan. Bahkan apabila itu hal yang abstrak seperti "mendapatkan uang lebih" dan cara tersebut dapat dilakukan setiap hari, bisa digunakan sebelum berangkat kerja atau datang ke suatu kesempatan bisnis.

4. **Ingatkan diri Anda sendiri pentingnya untuk melakukannya dengan perlahan.** Visualisasi hanya akan berhasil apabila Anda tenang, nyaman, dan bersedia untuk memberi diri Anda sendiri waktu untuk fokus dengan damai, bebas dari kekhawatiran. Visualisasi adalah teknik yang sangat dekat dengan meditasi, hanya lebih aktif atau sengaja, dan jelas. Dalam visualisasi Anda didorong untuk berpikir secara aktif tentang kemungkinan namun seperti dalam meditasi Anda harus menyingsirkan hal-hal di luar mimpi dan sasaran Anda dan hanya fokus pada mimpi dan sasaran tersebut. Jadi apapun yang Anda bayangkan dengan sengaja, rileks. Tetap tenang. Jangan terburu-buru.
5. **Visualisasi ciri-ciri pribadi diperlukan untuk membayangkan menjadi seseorang.** Tidak cukup apabila Anda hanya ingin menjadi presiden. Anda perlu memikirkan kualitas diri yang mendorong Anda mencapainya. Visualisasikan tidak hanya tentang kepresidenan namun juga kemampuan berkomunikasi secara terbuka, sikap meyakinkan, senyum, berbagi, mendengarkan, berdiskusi, menangkis kritik dengan keahlian dan kehormatan, dan sebagainya. Pastinya ada beberapa keahlian yang harus Anda latih atau capai, tetapi lagi-lagi, gunakan visualisasi untuk fokus pada keahlian-keahlian yang berbeda untuk membuatnya secara normal.
6. **Gunakan kalimat penegasan.** Gambar atau foto adalah alat yang bagus, namun kata-kata juga bisa digunakan. Apabila Anda melihat diri Anda sendiri lebih langsing dan segar, bersantai mengenakan celana jeans yang Anda impikan, katakan pada diri Anda sendiri, "Saya memiliki tubuh yang saya inginkan. Saya lebih ringan beberapa kg dan rasanya senang sekali." Apabila Anda memukul bola bisbol, katakan pada diri Anda sendiri "Saya lihat bolanya. Saya pukul bolanya hingga keluar taman." (<http://id.wikihow.com/Visualisasi>)

Lampiran 2: Ice Breaking

SEBUTKAN BENTUKU

Tujuan Permainan:

1. Siswa dapat melewati tantangan dalam permaianan
2. Siswa dapat menyebutkan bentuk dari benda yang disebutkan

Waktu : 5 Menit
Bahan/Alat : Alat tulis
Jumlah pemain : Berkelompok (7-15)

Langkah Permainan:

1. Guru Bk meminta siswa membentuk 4 kelompok dan ketua
2. Guru Bk membagikan kertas kepada siswa
3. Guru Bk meminta siswa menuliskan jawaban dari pertanyaan
4. Ketua kelompok menjelaskan jawaban dan menerangkan ke anggota
5. Perwakilan kelompok mepresentasikan jawabannya dan meyakinkan endengar bahwa jawabannya adalah benar

Evaluasi dan Refleksi

1. Kenapa jawaban kalian berbeda-beda?
2. Apa arti imajinasi/visualisasi bagi kelompokmu?
3. Apakah pikiranmu menjadi lebih terbuka ketika melakukan visualisasi?
4. Pentingkah belajar dari simulasi permainan tadi?

Lampiran 3:

DRAW YOUR FUTURE

Tujuan Layanan:

1. Siswa dapat memvisualisasikan masa depan dalam bentuk gambar
2. Siswa mampu menjelaskan maksud dari apa yang ia gambar
3. Siswa mampu menyebutkan manfaat yang ia peroleh setelah menggambar

Langkah-langkah:

1. Guru Bk membagikan kertas kepada semua siswa
2. Guru Bk meminta siswa menuliskan identitas (nama)
3. Guru Bk meminta siswa menggambarkan profesi yang diinginkan dimasa depan
4. Guru Bk meminta siswa menuliskan kata motivasi dan penegasan dalam gambar
5. Guru Bk meminta siswa menuliskan keterangan tempat dimana gambar tersebut berada
6. Guru Bk meminta siswa menuliskan keterangan keadaan pada gambar tersebut
7. Guru Bk meminta siswa menuliskan perasaan yang dirasakan dalam gambar tersebut
8. Guru Bk meminta siswa untuk menuliskan apa yang segera ia lakukan untuk bisa mencapai apa yang ia gambar
9. Siswa menjelaskan dan meyakinkan kepada siswa lain jika yang ia gambar akan benar-benar menjadi kenyataan di masa yang akan datang

Evaluasi dan Refleksi:(Kelompok)

1. Bagaimana perasaanmu setelah membuat gambar?
2. Sadarkah kalian telah memvisualisasikan masa depan kalian lewat gambar?
3. Apa simulasi ini membantumu membayangkan masa depan yang kamu inginkan?
4. Seberapa yakin kamu bisa mencapai apa yang kamu gambar? (sebutkan dalam prosentase)



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017



- | | | |
|------------------------------|---|--|
| 1. Judul Materi | : | Jujur dan Tidak Sakit Hati |
| 2. Bidang Bimbingan | : | Bimbingan Pribadi |
| 3. Fungsi Layanan | : | Pemahaman dan Pengembangan |
| 4. Jenis Layanan | : | Layanan Dasar |
| 5. Tujuan Layanan | : | - Peserta didik dapat mempraktikan kegiatan berdoa pada awal layanan dan bersyukur di akhir layanan
- Peserta didik dapat memenjalin hubungan yang baik dengan teman
- Peserta didik dapat menyampaikan cara agar tidak sakit hati terhadap pendapat orang lain
- Peserta didik dapat memiliki sikap percaya terbuka terhadap pendapat orang lain |
| 6. Sasaran | : | Siswa Kelas X1 |
| 7. Alokasi Waktu | : | 1 X 45 Menit |
| 8. Pihak yang diikutsertakan | : | Guru BK |
| 9. Alat dan Bahan | : | Kertas, bulpoin, kerudung |
| 10. Metode layanan | : | Permainan |
| 11. Deskripsi Proses | : | |

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	a. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa. b. Guru BK melakukan apersepsi. c. Guru BK mengecek kehadiran siswa. d. Ice Breaking	5 Menit
Kegiatan Inti Berfikir	a) Guru menanyakan dampak dari sakit hati terhadap pendapat orang lain b) Guru mengadakan tanya jawab tentang cara menyikapi pendapat orang lain c) Guru mengadakan tanya jawab tentang pentingnya menjadi membuka diri terhadap pendapat orang lain tentang dirinya sendiri	25 Menit
Merasa	Guru meminta peserta didik mengungkapkan perasaannya ketika mengetahui pendapat orang lain tentang dirinya	

Bersikap	Guru mengajak peserta didik membangun sikap terbuka dan lapang dada ketika teman lain memberikan pendapat tentang dirinya	
Bertindak	a) Guru mengajak peserta didik untuk memberi pendapat tentang temannya secara bergantian b) Guru mengajak peserta didik untuk menyampaikan pendapat secara langsung kepada teman secara bergantian	
Bertanggung jawab	a) Guru meminta peserta didik untuk membuat komitmen untuk saling jujur b) Guru meminta peserta didik untuk tidak sakit hati terhadap pendapat yang disampaikan teman terhadap dirinya sendiri	
a. Penutup	a) Guru menyimpulkan kegiatan bersama peserta didik b) Guru mengajak peserta didik merefleksikan kegiatan dengan menanyakan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan c) Guru menutup pelajaran dengan mengajak peserta didik bersyukur dan mengucapkan salam	
Sumber	Tika . 2010 . mengatasi rasa tersinggung orang lain [online] tersedia: http://asinmanispadas.blog.com/2010/12/mengatasi-rasa-tersinggung-orang-lain/ [diakses 15 Mei 2016]	
Penilaian Hasil	1) Pemahaman (Tes Lisan / wawancara) 2) Sikap/ Perasaan Positif (Observasi) 3) Tindakan/ Keterampilan (Pemantauan terhadap pelaksanaan)	
Penilaian proses	1) Kesesuaian program 2) Antusiasme peserta didik 3) Ketersediaan sarana 4) Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan	
Tindak Lanjut	Memberikan layanan lanjutan bagi peserta didik yang mengalami masalah pribadi terkait dengan kepercayaan diri.	

Yogyakarta, 19 Agustus 2016

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

**Tris Sutikna, SP.d
NIP. 195809171986021004**

**Filastri Kurniasari
NIM. 13104241040**

“TIPS AGAR TIDAK SAKIT HATI”

Setiap orang mempunyai kepekaan perasaan yang berbeda-beda. Dalam menghadapi pendapat dari orang lain pun juga berbeda-beda. Ada yang tidak terlalu menanggapi dan merasakan pendapat dari orang lain. Tetapi ada juga yang sangat memikirkan perkataan dan pendapat orang lain. Bagi seseorang yang cuek dan tidak terlalu memikirkan pendapat orang lain mungkin akan biasa saja mengenai apapun yang disampaikan orang lain untuknya. Tetapi tidak dengan yang mudah tersinggung. Untuk orang yang mudah tersinggung setiap perkataan orang lain adalah ancaman baginya. Dia akan mengingat setiap kata yang membuatnya sakit hati. Hal ini adalah hal yang sangat sulit, karena sakit hati terhadap perkataan orang lain dapat membuat persepsi yang berbeda pada orang yang memberikan pendapat. Selain itu juga dapat memperburuk kualitas hubungan seseorang. Berikut ini tips untuk menjadi seseorang yang tidak mudah tersinggung

- 1. Jangan menilai diri berlebihan.**

Menjadi diri yang percaya diri dan mengenali kelebihan adalah hal yang penting agar kita lebih bisa menempatkan diri dan meraih tujuan yang kita tetapkan. Tetapi kesadaran tersebut tidak harus untuk berlebihan dan disombongkan. Contohnya kamu sadar bahwa dirimu rajin belajar. Kamu tidak boleh merasa kamu lah yang paling rajin dan temanmu lebih malas daripada kamu, karena hal itu dapat menimbulkan sakit hati ketika nanti ada temanmu mendapatkan hasil belajar yang lebih baik darimu.

- 2. Belajar melupakan**

Lupakan jabatan kita sebagai ketua kelas, kepala organisasi, atau founder komunitas atau apapun itu. Anggap semua itu sebagai amanah agar kita tidak tamak terhadap penghargaan. Makin ingin dihargai, makin ingin dipuji, makin ingin dihormati maka akan makin sering sakit hati

- 3. Perlakukan orang lain dengan sikap terbaik**

Kita tidak bisa memaksa orang lain berbuat sesuai keinginan kita. Kita hanya bisa memaksa diri kita untuk menyikapi perlakukan tersebut dengan sikap terbaik.

- 4. Berempati (melihat sesuatu dari sisi orang lain)**

Saat kita tersinggung carilah 1001 alasan untuk bisa memaklumi orang tersebut. Kita membuat alasan ini untuk memaklumi bukan untuk membenarkan kesalahannya atas kita. Tujuannya agar kita bisa mengendalikan diri

- 5. Jadikan episode disakiti sebagai proses peningkatan kualitas diri**

Penghinaan, kritikan, ejekan adalah kesempatan bagi kita untuk mengamalkan sikap mulia yaitu memaafkan orang lain yang menyakiti kita dan membala keburukan dengan kebaikan

Lampiran 2 : Ice Breaking

“RECEIVE”

Tujuan:

- a. Siswa dapat menjadi pribadi yang terbuka dan menerima diri dengan memperkenalkan diri, menyebutkan pendapat
- b. Siswa dapat memahami siapa dirinya dengan mengenali diri dari pendapat yang disampaikan
- c. Siswa dapat mengembangkan dirinya dengan belajar menerima anggapan
- d. Siswa menyadari bahwa dirinya mampu menjadi pribadi yang dapat menerima kritikan, jujur dan tidak mudah sakit hati

Waktu : 7 Menit

Jumlah pemain : semua Siswa

Alat ; Krudung

Langkah permainan :

1. Guru BK melempar kerudung ke semua siswa secara acak
2. Guru BK mempersilahkan setiap siswa memperkenalkan diri bagi yang menerima kerudung dan mengutarakan pendapatnya tentang fungsi kerudung selain untuk berjilbab
3. Guru BK meminta sampel siswa untuk mengibaratkan kerudung itu sebagai dirinya yang dianggap tidak berguna sebagai mana mestinya
4. Guru BK meminta siswa untuk menceritakan maju kedepan bagaimana mengatasi pendapat negatif orang lain terhadap dirinya
5. Guru BK menyimpulkan dan menambahkan materi untuk menegaskan

Evaluasi dan Refleksi:

1. Jika diibaratkan kerudung adalah kamu, bagaimana sikap kamu menaggapi pendapat tentang krudung yang beraneka ragam? Sakit hati atau menerimanya?
2. Jika kamu mendapat komentar yang tidak sesuai dengan keinginanmu apakah harus sakit hati atau menerimanya dan memperbaiki diri?
3. Tindakan positif apa yang kamu lakukan jika menerima komentar negative dari orang lain?

Lampiran 3 :

“JUJUR DAN TIDAK SAKIT HATI”

Langkah permaian:

1. Peserta didik diajak mempersiapkan diri dan alat tulis
2. Peserta didik dibagikan kartu yang telah disediakan konselor
3. Peserta didik diminta menuliskan nama di cover yang telah disediakan konselor
4. Peserta didik diminta menuliskan angka 1-26 sebagai tempat teman sekelas untuk menuliskan komentas
5. Peserta didik dimintd mengangkat kertas dan menaruhnya di meja teman sebelah kanan
6. Teman yang ada di sebelah menuliskan hal-hal yang tidak disukai tentang teman sesuai dengan nama yang ada di lembar kerja yang diterima
7. Setelah selesai konselor meminta siswa memberikan kertas ke teman di kanannya lagi. Hal ini dilakukan sampai lembar kerja kembali ke pemiliknya



Kartu jujur dan tidak sakit hati

Tentang
AKU
Dari temanmu

Nama: _____

1.....	7.....
2.....	8.....
3.....	9.....
4.....	10.....
5.....	11.....
6.....	12.....

Tentang
AKU
Dari temanmu

Nama: _____

1.....	7.....
2.....	8.....
3.....	9.....
4.....	10.....
5.....	11.....
6.....	12.....

Tentang
AKU
Dari temanmu

Nama: _____

1.....	7.....
2.....	8.....
3.....	9.....
4.....	10.....
5.....	11.....
6.....	12.....



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017



- | | | |
|------------------------------|---|---|
| 1. Judul Materi | : | This is My Story |
| 2. Bidang Bimbingan | : | Bimbingan Pribadi |
| 3. Fungsi Layanan | : | Pemahaman dan Pengembangan |
| 4. Jenis Layanan | : | Layanan Dasar |
| 5. Tujuan Layanan | : | <ul style="list-style-type: none">• Siswa dapat memahami kelebihan dirinya• Siswa dapat mengetahui pentingnya self-esteem• Siswa dapat mengetahui cara meningkatkan self-esteem |
| 6. Sasaran | : | Siswa Kelas X |
| 7. Alokasi Waktu | : | 1 X 45 Menit |
| 8. Pihak yang diikutsertakan | : | Guru BK |
| 9. Alat dan Bahan | : | Kertas, Pulpen, |
| 10. Metode layanan | : | Story Telling |
| 11. Deskripsi Proses | : | |

Tahap	Kegiatan	Estimasi Waktu
Pembukaan	a. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa. b. Guru BK melakukan apersepsi. c. Guru BK mengecek kehadiran siswa. d. Melakukan Ice Breaking	10 Menit
Kegiatan Inti	a. Guru BK membagikan kertas. b. Guru BK membacakan contoh story telling "aku di usia 30 tahun" c. Siswa menuliskan story telling d. Perwakilan siswa maju kedepan membacakan cerita tentang e. Guru BK membimbing siswa menyabutkan nilai-nilai yang didapat dari cerita tersebut f. Guru BK menyimpulkan inti materi.	25 Menit
Penutup	a. Siswa menyebutkan kembali poin-poin materi layanan yang telah diberikan. b. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan dari materi. c. Guru BK merencanakan tindak lanjut. d. Berdoa.	10 Menit

12. Penilaian/Evaluasi

- a. Proses : Guru BK mengamati siswa
- b. Hasil : • Siswa mampu menyangkutkan isi materi dan cerita,
- Siswa dapat mengetahui dampak positif bersikap jujur dan mengakui kesalahan,
- Siswa aktif dalam diskusi kelas,
- Siswa dapat mengakui kesalahan dalam kehidupan sehari-hari
- 14 Tindak Lanjut : Melaksanakan konseling individual maupun bimbingan kelompok bagi siswa yang masih menyesali dirinya sendiri yang menghambat perkembangannya.
- 15 Sumber : Erna Isusilaningtyas. 2012. Self Esteem. [Online] tersedia:<http://berandapsikologi.blogspot.co.id/2012/10/harga-diri-self-esteem.html> (22 Maret 2016).
- Hariyanto. 2010. Cara Meningkatkan Harga Diri. [Online] tersedia: <http://belajarpsikologi.com/cara-meningkatkan-harga-diri/> (22 Maret 2016).

Yogyakarta, 31 Juli 2016

**Mengetahui,
Guru Pembimbing**

**Tris Sutikna, SP.d
NIP. 131842708**

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

**Filastri Kurniasari
NIM. 13104241040**

Self-Esteem

Pentingnya pemenuhan kebutuhan harga diri individu (Self-Esteem), khususnya pada kalangan remaja, terkait erat dengan dampak negatif jika mereka tidak memiliki harga diri yang mantap. Mereka akan mengalami kesulitan dalam menampilkan perilaku sosialnya, merasa inferior dan canggung. Namun apabila kebutuhan harga diri mereka dapat terpenuhi secara memadai, kemungkinan mereka akan memperoleh sukses dalam menampilkan perilaku sosialnya, tampil dengan keyakinan diri (self-confidence) dan merasa memiliki nilai dalam lingkungan sosialnya.

Rasa rendah diri yang menetap dan berlebihan mungkin diakibatkan oleh prestasi yang buruk, depresi, gangguan makan, dan tindak kejahatan. Keseriusan problem ini akan tergantung bukan hanya kepada sifat dari rasa rendah diri individu, tetapi juga pada kondisi lainnya. Saat perasaan rendah diri diiringi dengan kesulitan pada masa transisi atau problem keluarga, maka problem seorang individu mungkin bisa bertambah berat.

Cara meningkatkan Self-Esteem (Harga Diri):

- a. **Belajar untuk selalu menghargai diri sendiri.** Walaupun terkadang orang lain memandang diri anda rendah tapi tetapkan keyakinan anda bahwa anda yang berhak atas hidup anda dan anda yang paling mengerti diri anda.
- b. **Belajar untuk menyukai diri sendiri.** Menyukai diri sendiri berarti menerima diri apa adanya. dan belajar untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Lihat sisi positif dari diri anda, adn yang paling penting adalah bersyukur untuk segala yang kita miliki.
- c. **Miliki gambar diri yang positif.** Hal ini berhubungan dengan penerimaan diri. gambar diri adalah cara pandang anda terhadap diri anda. yakinkan diri anda kalau anda layak untuk berhasil, anda pantas untuk dicintai dan dihargai, anda adalah pribadi yang special. Ingatlah bahwa gambar diri anda mmpengaruhi perilaku anda.
- d. Jangan menghubungkan harga diri anda dengan kegagalan atau kesalahan yang anda lakukan. tanamkan pada diri anda untuk tidak menyerah pada keadaan.
- e. **Miliki konsep yang benar tentang harga diri,** bahwa harga diri berasal dari dalam bukan dari luar diri kita. bukan terletak pada materi yang kita peroleh, kesuksesan yang kita peroleh karena materi dan kesuksesan hanya menumbuhkan harga diri semu dan tidak dapat bertahan selamanya.
- f. **Hargai diri sendiri,** jangan tolak pujian sederhana yang dikatakan orang mengenai kita. terima itu dan berpikir lebih maju lagi. hati-hati bila ada kata-kata dibeak anda seperti “aku memang bodoh”, ” aku memang gak bisa”, “alah ini cuma mimpi , gak mungkin jadi nyata”. Kata-kata beracun ini akan merusak harga diri anda yang anda bangun perlahan-lahan.

Lampiran 2 : Ice Breaking “Jujur dan Menerima diri Sendiri”

1. Peserta didik diajak mempersiapkan diri dan alat tulis
2. Peserta didik dibagikan kartu yang telah disediakan konselor
3. Peserta didik diminta menuliskan nama di cover yang telah disediakan konselor
4. Peserta didik diminta menuliskan angka 1-26 sebagai tempat teman sekelas untuk menuliskan komentar
5. Peserta didik diminta mengangkat kertas dan menaruhnya di meja teman sebelah kanan
6. Teman yang ada di sebelah menuliskan hal-hal yang hal yang disukai tentang teman sesuai dengan nama yang ada di lembar kerja yang diterima
7. Setelah selesai konselor meminta siswa memberikan kertas ke teman di kanannya lagi. Hal ini dilakukan sampai lembar kerja kembali ke pemiliknya

Lampiran 3.

Story Telling

Tujuan:

1. Siswa dapat menuliskan tentang self esteem
2. Siswa dapat mengetahui cara mengembangkan self esteem
3. Siswa dapat mengetahui pentingnya self esteem bagi kehidupannya
4. Siswa dapat meningkatkan self esteem yang lebih positif

Waktu :20 menit

Bahan/Alat : Kertas dan Pulpen

Jumlah pemain : semua siswa

Langkah:

1. Guru BK meminta siswa menyiapkan selembar kertas
2. Judul cerita “aku (nama) di usia 30 tahun”
3. Isi cerita (Karir, kehidupan rumah tangga, kehidupan social, kehidupan agama)
4. Guru BK membacakan contoh story telling
5. Guru BK memutar music instrumen
6. Siswa menuliskan cerita
7. Guru Bk meminta perwakilan siswa untuk membacakan ceritanya di depan kelas.

Evaluasi dan Refleksi:

1. Apakah kamu mengalami kesulitan dalam membuat story telling tentang self esteemmu?
2. Penting atau tidak self esteem bagi kehidupan kalian?
3. Apakah kamu lebih memahami self esteem dalam dirimu?
4. Bagaimana caramu meningkatkan self esteem kedepannya?



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KLASIKAL



SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : I can Direct My Self
2. Bidang Bimbingan : Belajar
3. Tujuan Pembelajaran : -Siswa memahami pengertian self regulasi
 - Siswa memahami faktor yang mempengaruhi
 - Siswa dapat memiliki self regulasi yang positif
4. Fungsi : Pencegahan dan Perbaikan
5. Sasaran : Siswa kelas X,
6. Waktu : 1 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Konselor/guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Games
10. Media/alat : Slides
11. Pokok-pokok materi : - Pengertian self regulasi
 - Faktor yang mempengaruhi self regulasi
 - Cara membangun self regulasi yang positif

12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa.2. Guru BK memperkenalkan diri3. Guru BK mengabsensi siswa4. Ice Breaking	10 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK menjelaskan kegiatan layanan, nama metode “games”2. Guru BK membagi kelompok3. Siswa melaksanakan games sesuai peraturan4. Siswa dapat menyebutkan pelajaran yang dapat diambil dari permainan	35 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa dapat menyebutkan kembali point kegiatan layanan2. Perwakilan siswa menjelaskan proses self regulasi dari permainan3. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan4. Guru BK merencanakan tindak lanjut5. Berdoa	5 menit

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa

- b. Penilaian hasil : a Laiseg:
- Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan
 - Siswa mampu memainkan permainan
 - Siswa dapat menentukan stategi membagun self regulasi
- b.Laijapen:
- Siswa mampu membangun self regulasi di sekolah
- f. Laijapan:
- Siswa mampu mengarahkan dirinya dalam kehidupanya

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, September 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

Filastrri Kurniasari

NIP. 195809171986021004

NIM. 13104241040

I CAN DIRECT MY SELF

A. Pengertian Self Regulasi

Pengembangan perencanaan strategi dan kegiatan belajar sangat dipengaruhi oleh kemampuan metakognisi, pengetahuan tentang strategi belajar, dan pemahaman mengenai konteks tempat dia akan belajar. Semakin efektif siswa dalam mengembangkan perencanaan strategi pengelolaan diri (*personal*), perilaku, dan lingkungannya maka semakin tinggi tingkat regulasi diri (*self regulation*) siswa tersebut. Siswa yang diasumsikan termasuk kategori *self-regulated* adalah siswa yang aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, motivasi, maupun perilaku. Mereka menghasilkan gagasan, perasaan, dan tindakan untuk mencapai tujuan belajarnya. Secara metakognitif mereka bisa memiliki strategi tertentu yang efektif dalam memproses informasi. Sedangkan motivasi berbicara tentang semangat belajar yang sifatnya internal. Adapun perilaku, ditampilkannya adalah dalam bentuk tindakan nyata dalam belajar.

Self regulation menurut Bandura adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan berfikir dan dengan kemampuan itu mereka memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut. Secara umum *self regulated* adalah tugas seseorang untuk mengubah respon-respon, seperti mengendalikan impuls perilaku (dorongan perilaku), menahan hasrat, mengontrol pikiran dan mengubah emosi (Rahmah, 2009). Seluruh perkembangan kognitif, fisik, serta pengendalian emosi dan kemampuan sosialisasi yang baik, membawa seseorang untuk dapat mengatur dirinya dengan baik (Papalia & Olds, 2001).

B. Faktor-faktor yang mempengaruhi Regulasi Diri

a. Faktor Eksternal dalam Regulasi Diri

1) Standar

Faktor eksternal memberikan standar untuk mengevaluasi tingkah laku kita sendiri. Standar dapat berasal dari faktor-faktor lingkungan, yang berinteraksi dengan faktor pribadi juga turut membentuk standar pengevaluasian individu tersebut. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas, anak kemudian mengembangkan standar yang dapat ia gunakan dalam menilai prestasi diri.

2) Penguatan (*reinforcement*)

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dalam bentuk penguatan (*reinforcement*). Hadiyah intrinsik tidak selalu memberikan kepuasan, manusia membutuhkan intensif yang berasal dari lingkungan eksternal. Standar tingkah laku biasanya bekerja sama; ketika orang dapat mencapai standar tindak laku tertentu, perlu penguatan agar tingkah laku semacam itu menjadi pilihan untuk dilakukan lagi.

b. Faktor Internal dalam Regulasi Diri

1) Observasi diri (*self observation*): Dilakukan berdasarkan faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, orisinalitas tingkah laku diri, dan seterusnya. Observasi diri terhadap performa yang sudah dilakukan. Kita memilih dengan selektif sejumlah aspek perilaku dan mengabaikan aspek lainnya yang dipertahankan biasanya sesuai dengan konsep diri.

2) Proses penilaian (*judgmental process*): Proses penilaian bergantung pada empat hal: standar pribadi, performa-performa acuan, nilai aktivitas, dan penyempurnaan performa. Standar pribadi bersumber dari pengamatan model yaitu orang tua atau guru, dan menginterpretasi balikan/penguatan dari performasi diri. Setiap performasi yang mendapatkan penguatan akan mengalami proses kognitif, menyusun ukuran-ukuran/norma yang sifatnya sangat pribadi, karena ukuran itu tidak selaku sinkron dengan kenyataan. Sebagian besar aktivitas harus dinilai dengan membandingkan dengan ukuran eksternal,

bisa berupa norma standar perbandingan sosial, perbandingan dengan orang lain, atau perbandingan kolektif.

3) Reaksi diri (*self response*): Manusia merespon positif atau negatif perilaku mereka tergantung kepada bagaimana perilaku ini diukur dan apa standar pribadinya. Manusia berupaya secara reaktif untuk mereduksi pertentangan antara pencapaian dan tujuan, dan setelah berhasil menghilangkannya, mereka secara proaktif menetapkan tujuan baru yang lebih tinggi.

C. Car Membangun Regulasi Diri (*Self Regulation*)

Miller & Brown (dalam Neal & Carey, 2005) memformulasikan *self regulation* sebanyak tujuh tahap yaitu:

- a. *Receiving* atau menerima informasi yang relevan, yaitu langkah awal individu dalam menerima informasi dari berbagai sumber. Dengan informasi-informasi tersebut, individu dapat mengetahui karakter yang lebih khusus dari suatu masalah.
- b. *Evaluating* atau mengevaluasi. Dalam proses evaluasi diri, individu menganalisis informasi dengan membandingkan suatu masalah yang terdeteksi di luar diri (eksternal) dengan pendapat pribadi (internal) yang tercipta dari pengalaman yang sebelumnya yang serupa.
- c. *Triggering* atau membuat suatu perubahan. Sebagai akibat dari suatu proses perbandingan dari hasil evaluasi sebelumnya, timbul perasaan positif atau negative. Individu menghindari sikap- atau pemikiran-pemikiran yang tidak sesuai dengan informasi yang didapat dengan norma-norma yang ada.
- d. *Searching* atau mencari solusi. Pada akhir proses evaluasi tersebut menunjukkan pertentangan antara sikap individu dalam memahami masalah. pertentangan tersebut membuat individu akhirnya menyadari beberapa jenis tindakan atau aksi untuk mengurangi perbedaan yang terjadi. Kebutuhan untuk mengurangi pertentangan dimulai dengan mencari jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi.
- e. *Formulating* atau merancang suatu rencana, yaitu perencanaan aspek-aspek pokok untuk meneruskan target atau tujuan seperti soal waktu, aktivitas untuk pengembangan, tempat-tempat dan aspek lainnya yang mampu mendukung efisien dan efektif.
- f. *Implementing* atau menerapkan rencana, megarah pada aksi-aksi atau melakukan tindakan-tindakan yang tepat yang mengarah ke tujuan dan memodifikasi sikap sesuai dengan yang diinginkan dalam proses.
- g. *Assessing* atau mengukur efektivitas dari rencana yang telah dibuat. Pengukuran tersebut dapat membantu dalam menentukan dan menyadari apakah perencanaan yang tidak direalisasikan itu sesuai dengan yang diharapkan atau tidak serta apakah hasil yang didapat sesuai dengan yang diharapkan.

(<http://fazrianfaldi.blogspot.co.id/2013/02/regulasi-diri.html>)

Lampiran 2:

CEK REGULASI DIRI KAMU

Tujuan Permaian:

1. Siswa dapat mengikuti permaianan sesuai dengan peraturan
2. Siswa dapat menuliskan data ceklis regulasi diri
3. Siswa dapat menyampaikan hasil pekerjaanya didepan kelas

Waktu : 7 Menit

Bahan/Alat : Alat Tulis

Jumlah pemain : Individu

Langkah Permainan:

1. Guru Bk membagikan kertas kepada siswa
2. Guru Bk meminta siswa menuliskan nama
3. Guru Bk membacakan pertanyaan
4. Guru Bk meminta siswa untuk menuliskan jawaban secara jujur
5. Guru bk meminta perwakilan siswa untuk membacakan jawabannya
6. Guru bk meminta siswa lain untuk menilai self regulasi dari siswa tersebut

Evaluasi dan Refleksi

1. Hal yang paling kamu suka dari self regulasi temanmu?
2. Berapa skor self regulasi dari temanmu (skor dari 1-10)
3. Mengapa self regulasi itu penting untuk kegiatan belajarmu?

Lampiran 3:

I CAN DIRECT MY SELF

Tujuan Layanan:

1. Siswa dapat mempraktikan permaianan self regulasi
2. Siswa mampu menentukan strategi membangun self regulasi
3. Siswa mampu menyebukan pelajaran moral yang dapat diambil dari permaiana

Langkah-langkah:

1. Guru Bk meminta siswa untuk membentuk kelompok (2)
2. Guru Bk meminta siswa menentukan ketua dan wakil kelompok
3. Guru Bk meminta siswa menjadi pemain
4. Guru bk meminta ketua kelompok sebagai instruktur
5. Guru bk meminta wakil ketua sebagai garis finis dan memegang rewards
6. Dilakukan selama 3x putaran

Evaluasi dan Refleksi:(Kelompok)

1. Bagaimana sebagai pemaian?
2. Apakah kamu bisa melakukan self regulasi dalam permaiana?
3. Apakah self regulasimu di pengaruhi oleh pihak eksternal?
4. Apa stategimu untuk mencapai garis finis?
5. Apakah self regulasimu belajar sudah baik?
6. Bagaimana cara kamu meningkatkan self regulasi belajarmu?



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KLASIKAL



SEMESTER 1 TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : My Window
2. Bidang Bimbingan : Pribadi
3. Tujuan Pembelajaran :
 - Siswa memahami pengertian johari window
 - Siswa memahami pentingnya johari window
 - Siswa memahami cara mengaplikasikan johari window
 - Siswa mampu mempraktikkan johari window dalam games
4. Fungsi : Pencegahan dan Perbaikan
5. Sasaran : Siswa kelas X,
6. Waktu : 1 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Konselor/guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Games
10. Media/alat : Spidol/bolpoint, kertas,
11. Pokok-pokok materi :
 - Pengertian johari window
 - Pentingnya johari window
 - Cara mengaplikasikan johari window

12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa.2. Guru BK memperkenalkan diri3. Guru BK mengabsensi siswa4. Ice Breaking	10 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK menjelaskan kegiatan layanan, nama metode “games”2. Guru BK mebagikan kertas kepada siswa3. Siswa dapat mengisi johari window4. Siswa dapat membacakan hasil pekerjaanya	35 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa dapat menyebutkan kembali point kegiatan layanan2. Perwakilan siswa menjelaskan johari window miliknya3. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan4. Guru BK merencanakan tindak lanjut5. Berdoa	5 menit

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa
- b. Penilaian hasil : a Laiseg:
 - Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan
 - Siswa mampu memainkan permainan

- Siswa dapat menentukan strategi belajar
- b.Laijapan:
 - Siswa mampu membangun sikap dan kepribadian positif
- f. Laijapan:
 - Siswa mampu menjadi pribadi yang lebih baik dalam kehidupanya

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, September 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

Filastri Kurniasari

NIP. 195809171986021004

NIM. 13104241040

MY WINDOW

A. Pengertian Johari Window

Johari Window pada dasarnya menggambarkan tingkat saling pengertian antarorang yang berinteraksi. **Jendela Johari** ini mencerminkan tingkat keterbukaan seseorang.

A. Pentingnya johari window

Joseph Luft berpendapat bahwa kita harus terus meningkatkan self-awareness kita dengan mengurangi ukuran dari Kuadran 2-area Blind kita. Kuadran 2 merupakan area rapuh yang berisikan apa yang orang lain ketahui tentang kita, tapi tidak kita ketahui, atau lebih kita anggap tidak ada dan tidak kita pedulikan. Mengurangi area Blind kita juga berarti bahwa kita memberbesar Kuadran 1 kita-area Open, yang dapat berarti bahwa self-awareness serta hubungan interpersonal kita mungkin akan mengalami peningkatan.

Johari Window atau Jendela Johari merupakan salah satu cara untuk melihat dinamika dari self-awareness, yang berkaitan dengan perilaku, perasaan, dan motif kita. Model yang diciptakan oleh Joseph Luft dan Harry Ingham di tahun 1955 ini berguna untuk mengamati cara kita memahami diri kita sendiri sebagai bagian dari proses komunikasi

B. Cara mengaplikasikan johari window

Cara Model terdiri dari sebuah persegi yang terbagi menjadi empat kuadran, yaitu OPEN, BLIND, HIDDEN, dan UNKNOWN.

1. Kuadran 1 (Open) merujuk kepada perilaku, perasaan, dan motivasi yang diketahui oleh diri kita sendiri dan orang lain. (Quadrant 1, the open quadrant, refers to behavior, feelings, and motivation known to self and others)
2. Kuadran 2 (Blind) merujuk kepada perilaku, perasaan, dan motivasi yang diketahui oleh orang lain, tetapi tidak diketahui oleh diri kita sendiri. (Quadrant 2, the blind quadrant, refers to behavior, feelings, and motivation known to others but not to self)
3. Kuadran 3 (Hidden) merujuk kepada perilaku, perasaan, dan motivasi yang diketahui oleh diri kita sendiri, tetapi tidak diketahui oleh orang lain. (Quadrant 3, the hidden quadrant, refers to behavior, feelings, and motivation known to self but not to others)
4. Kuadran 4 (Unknown) merujuk kepada perilaku, perasaan, dan motivasi yang tidak diketahui, baik oleh diri kita sendiri ataupun oleh orang lain. (Quadrant 4, the unknown quadrant, refers to behavior, feelings, and motivation known neither to self nor others).

Kuadran-kuadran tersebut bisa dijelaskan sebagai berikut:

1. Open

Menggambarkan keadaan atau hal yang diketahui diri sendiri dan orang lain. Hal-hal tersebut meliputi sifat-sifat, perasaan-perasaan, dan motivasi-motivasinya. Orang yang “Open” bila bertemu dengan seseorang akan selalu membuka diri dengan menjabat tangan atau secara formal memperkenalkan diri bila berjumpa dengan seseorang. Diri yang terbuka, mengetahui kelebihan dan kekurangan diri sendiri demikian juga orang lain diluar dirinya dapat mengenalinya

2. Blind

Disebut “Blind” karena orang itu tidak mengetahui tentang sifat-sifat, perasaan-perasaan dan motivasi-motivasinya sendiri padahal orang lain melihatnya. Sebagai

contoh, ia bersikap seolah-olah seorang yang sok akrab, padahal orang lain melihatnya begitu berhati-hati dan sangat tertutup, tampak formal dan begitu menjaga jarak dalam pergaulan. Orang ini sering disebut sebagai seseorang yang buta karena dia tidak dapat melihat dirinya sendiri, tidak jujur dalam menampilkan dirinya namun orang lain dapat melihat ketidak tulusannya.

3. Hidden

Ada hal-hal atau bagian yang saya sendiri tahu, tetapi orang lain tidak. Hal ini sering teramat, ketika seseorang menjelaskan mengenai keadaan hubungannya dengan seseorang. "Saya ingat betul bagaimana rasanya dikhianati pada waktu itu, padahal aku begitu mempercayainya". Luka hati masa lalunya tidak diketahui orang lain, tetapi ia sendiri tak pernah melupakannya

4. Unknown

Dikatakan "Unknown", karena baik yang bersangkutan, maupun orang lain dalam kelompoknya tidak mengetahui hal itu secara individu. Sepertinya semua serba misterius

Jendela Johari juga bisa menjelaskan tingkat keterbukaan seseorang terhadap dirinya sendiri maupun orang lain.

Orang tipe I:

Merupakan orang yang terbuka. Terbuka kepada orang lain dan terbuka untuk orang lain menilai dan memberi masukan tentang dirinya.

Orang tipe II :

Merupakan orang yang menyembunyikan sebagian dari kebenaran tentang dirinya. Artinya ada hal-hal atau bagian yang dia sendiri tahu tapi orang lain tidak. Contohnya orang yang sakit hati dengan orang lain. Orang lain belum tentu tahu, tapi dia tahu.

Orang tipe III:

Merupakan orang yang buta. Disebut buta karena orang itu tidak tahu tentang sifat-sifat, perasaan-perasaan dan motivasi-motivasinya sendiri padahal orang lain melihatnya. Contohnya adalah orang yang sok akrab, padahal orang lain melihat dia sebagai seorang yang sangat berhati-hati dan tertutup, formal dan begitu menjaga jarak dalam pergaulan.

Orang tipe IV:

Merupakan orang tipe paling tertutup. Tidak mau membuka dirinya keluar maupun menerima pendapat/masukan/feedback dari luar. Panggilan yang tepat untuk yang demikian adalah orang yang misterius. (<http://www.kursikayu.com/2011/05/jendela-johari-johari-window.html>)

Lampiran 2:

I'M KNOW YOU

Tujuan Permainan:

1. Siswa dapat mengikuti permainan
2. Siswa dapat menyebutkan sifat-sifat teman yang disebutkan konselor
3. Siswa dapat mengkonfirmasi kebenaran pendapat temannya

Waktu : 5 Menit

Bahan/Alat : Spidol

Jumlah pemain : Semua siswa

Langkah Permainan:

1. Guru Bk meminta siswa merefleksikan sifat teman satu kelasnya
2. Guru Bk memutarkan spidol
3. Guru bk menyebutkan nama siswa dan meminta siswa yang mendapatkan spidol untuk menyebutkan sifat temanya tersebut
4. Guru Bk meminta siswa yang bersangkutan mengkonfirmasi kebenaran pendapat temannya

Evaluasi dan Refleksi

1. Dapatkah kita mengetahui siapa diri kita tanpa orang lain?
2. Pentingkah pendapat orang lain untuk perbaikan diri kita?
3. Dari pendapat temanmu, apakah kamu orang yang terbuka?
4. Apa yang kamu dapatkan dari simulasi permainan ini?

Lampiran 3:

MY WINDOW

Tujuan Layanan:

1. Siswa dapat meningkatkan self awareness
2. Siswa dapat mengetahui cara memahami sendiri sebagai bagian dari proses komunikasi
3. Siswa mampu menyelesaikan simulasi permainan

Langkah-langkah:

1. Guru Bk membagikan kertas kepada semua siswa
2. Guru Bk meminta siswa menuliskan identitas (nama),
3. Guru Bk meminta siswa mengisi kuadran I
4. Guru Bk meminta siswa mengisi kuadran II
5. Guru Bk meminta siswa mengisi kuadran III
6. Guru Bk meminta siswa mengisi kuadran III
7. Siswa membacakan hasil tulisan di depan kelas

Evaluasi dan Refleksi:(Kelompok)

1. Bagaimana rasanya setelah menerima johari windowmu?
2. Ada tidak dalam johari window hal yang kamu tidak merasa memiliki?
3. Adakah pendapat yang sama antara dirimu dan yang terlihat temanmu?
4. Apa yang kamu dapatkan dari permainan ini?
5. Kedepan, kamu ingin menjadi orang yang seperti apa?



SMA NEGERI 1 SRANDAKAN
RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER 1 TAHUN 2016



1. Topik : Menggapai Cita-cita dengan pohon Harapan
2. Bidang Bimbingan : Karir
3. Tujuan Pembelajaran :
 - Siswa memahami pengertian dan pentingnya cita-cita
 - Siswa memahami faktor yang mempengaruhi keberhasilan meraih cita-cita
 - Siswa mampu menentukan cita-cita dengan pohon harapan
 - Siswa mampu merumuskan cara menggapai cita-cita dengan pohon harapan
4. Fungsi : Pencegahan dan Perbaikan
5. Sasaran : Siswa kelas X,
6. Waktu : 1 x 45 menit
7. Tempat : Ruang kelas
8. Pihak terkait : Konselor/guru BK dan siswa
9. Metode/teknik : Pohon Harapan
10. Media/alat : Spidol/bolpoint, kertas,
11. Pokok-pokok materi :
 - Pengertian cita-cita
 - Fungsi cita-cita
 - Faktor yang mempengaruhi keberhasilan meraih cita-cita
 - Upaya yang perlu dilakukan untuk mengapai cita-cita
12. Uraian kegiatan

Tahap	Kegiatan	Waktu
Pembukaan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK mengucapkan salam dan berdoa.2. Guru BK memperkenalkan diri3. Guru BK mengabsensi siswa4. Ice Breaking	10 menit
Inti	<ol style="list-style-type: none">1. Guru BK menjelaskan kegiatan layanan, nama metode “pohon harapan, maanfaat, tujuan, prosedur”2. Guru BK mebagikan kertas berbentuk daun kepada siswa3. Siswa dapat menuliskan harapan masa depanya (cita-cita, keinginan dll)4. Siswa dapat menempelkan harapannya pada “pohon harapan yang telah disediakan konselor.	35 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none">1. Siswa dapat menyebutkan kembali point kegiatan layanan2. Perwakilan siswa menjelaskan pohon harapan miliknya3. Guru BK menjelaskan keseluruhan kesimpulan4. Guru BK merencanakan tindak lanjut	5 menit

	5. Berdoa	
--	-----------	--

13. Evaluasi

- a. Penilaian Proses : Guru BK mengamati siswa
- b. Penilaian hasil : a Laiseg:
 - Siswa dapat berpartisipasi aktif selama kegiatan layanan
 - Siswa mampu memainkan permainan
 - Siswa dapat menentukan cita-citanya
- b.Laijapen:
 - Siswa mampu mengambil keputusan dan menentukan cita-citanya selama di sekolah
- f. Laijapan:
 - Siswa mampu menjadi pribadi yang lebih baik dan mau berusaha untuk mewujudkan cita-citanya
 - Siswa mampu menggapai cita-cita dalam hidupnya

14. Tindak lanjut : Layanan individual

Yogyakarta, 30 Agustus 2016

Mengetahui,

Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, SP.d

Filastri Kurniasari

NIP. 195809171986021004

NIM. 13104241040

CITA-CITA

A. Definisi Cita-cita

Pengertian tentang cita-cita menurut kamus umum Bahasa Indonesia, yang disebut cita-cita adalah keinginan, harapan, tujuan yang selalu ada dalam pikiran. Baik keinginan, harapan, maupun tujuan merupakan apa yang mau diperoleh seseorang pada masa mendatang. (<http://okky125.blogspot.co.id/2012/06/pengertian-tentang-cita-cita.html>)

B. Fungsi cita-cita

- 1. Petunjuk arah tujuan.** Cita-cita akan menjadi peta dan petunjuk arah bagi seseorang dalam mengarungi kehidupan dunia, sehingga ia lebih cepat dan lebih terarah dalam merealisasikan hal-hal yang akan mendatangkan kemajuan baginya
- 2. Memberikan kekuatan.** Cita-cita akan memberikan kekuatan yang luar biasa bagi pemiliknya, sehingga ia mampu merealisasikan apa-apa yang sulit diwujudkan oleh orang-orang yang tidak pernah bermimpi dan bercita-cita.
- 3. Menentukan prioritas.** Seseorang yang telah menetapkan cita-cita, tidak mudah tergoda untuk melakukan hal-hal yang menurutnya tidak mendukung perealisasi mimpi dan cita-citanya. Ia akan memiliki prioritas yang jelas dalam menata agenda kegiatan dan melakukan berbagai aktivitas. Ia akan mendahulukan kegiatan atau aktivitas yang memiliki manfaat besar bagi perealisasiannya. (<http://kang-dana.blogspot.co.id/2013/05/mengejar-impian-mengapa-harus-memiliki.html>)

C. Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan meraih cita-cita

Menurut Slameto (2010: 54) ada dua yaitu:

1. Faktor intern yaitu faktor yang berasal dari diri sendiri, terdiri dari: a) Faktor Jasmaniah antara lain, faktor kesehatan, dan kondisi tubuh. b) Faktor Psikologi yaitu, intelegensi, perhatian, minat, bakat, , kematangan dan kesiapan.
2. Faktor Ekstern yaitu faktor yang berasal dari lingkungan, terdiri dari; a) Faktor Keluarga, seperti cara orang tua mendidik, relasi antar anggota, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, dan latar belakang kebudayaan. b) Faktor Sekolah, seperti metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pelajaran, keadaan gedung, metode belajar, c) Faktor Masyarakat, seperti kegiatan siswa dalam masyarakat, mass media, teman bergaul, dan bentuk kehidupan masyarakat.
[\(<http://diahwinarni.blogspot.co.id/2013/05/faktor-faktor-yang-mempengaruhi.html>\)](http://diahwinarni.blogspot.co.id/2013/05/faktor-faktor-yang-mempengaruhi.html)

D. Upaya yang perlu dilakukan untuk mencapai cita-cita

Andersen (2010) menjabarkan langkah-langkah konkret dalam membuat strategi dalam mengejar cita-cita

- 1. Definisikan cita-citamu dengan baik.** Langkah ini harus kamu ambil jika kamu masih belum tahu apa cita-citamu atau apa langkah konkret yang harus dilakukan untuk mencapainya. Contohnya, jika seorang dokter mendefinisikan sukses sebagai “membantu sebanyak-banyaknya orang yang tidak mampu”.
- 2. Melihat apa “modal” yang kamu miliki.** Dengan mengetahui kekuatan dan kekuranganmu, kamu bisa tahu “modal” apa yang bisa kamu andalkan dan pada bagian mana kamu harus melakukan perbaikan. Caranya, tuliskan sebanyak-banyaknya kekuatan dan kelemahanmu yang berhubungan dengan definisi suksesmu. Pada bagian kelemahanmu, berikan catatan bagaimana cara untuk melakukan perbaikan.
- 3. Menentukan target.** Mulai menentukan target-target untuk mencapai kesuksesan. Contohnya, untuk menjadi psikolog handal, kamu harus masuk ke universitas yang baik, lulus program sarjana psikologi, lulus program profesi psikologi, mengasah

kemampuan dengan bergabung dengan lembaga psikologi dan seterusnya. Tentukan juga waktu yang kamu berikan bagi dirimu untuk mengejar target tersebut.

4. **Membuat langkah-langkah mengapai cita-cita.** Membuat banyak alternatif untuk mengejar target. Misalnya, jika kamu ingin menyelesaikan program master (S2) tetapi memiliki penghalang keterbatasan finansial, kamu bisa membuat beberapa “rencana perjalanan”: mencari beasiswa, bekerja dulu sebelum melanjutkan sekolah atau bekerja sambil sekolah. Dengan berdasarkan pada data yang kamu buat pada langkah sebelumnya, niscaya “rencana perjalanan”-mu akan lebih masuk akal dan sesuai dengan kondisimu sekarang.
5. **Evaluasi.** Setelah selang beberapa waktu, kamu harus berhenti dan mengevaluasi proses pengejarian cita-cita yang sudah kamu lakukan. Semua jawaban dari evaluasi ini dapat dipakai untuk memperbaiki dan mempertajam strategi yang kamu punya.(http://cdc.eng.ui.ac.id/index.php?option=com_content&view=article&id=994:berpikir-strategis-cara-jitu-meraih-cita-cita&catid=38:cat-artikel&Itemid=91)

Lampiran 2:**BALON RANCING (PERJUANGKAN CITA-CITAMU)**

Tujuan Permainan:

1. Siswa dapat melewati tantangan dalam permaianan
2. Siswa dapat mengetahui cita-citanya
3. Siswa memahami pengertian dan pentingnya cita-cita
4. Siswa memahami faktor yang mempengaruhi keberhasilan meraih cita-cita

Waktu : 5 Menit

Bahan/Alat : Balon

Jumlah pemain : Berkelompok (7-15)

Langkah Permainan:

1. Guru Bk meminta siswa membentuk 4 kelompok
2. Guru Bk memberikan balon kepada salah satu siswa yang terpilih dari kelompok tersebut
3. Guru Bk meminta siswa meniup balon dan mengarahkannya kedepan sampai finis
4. Siswa yang sampai di garis finis paling cepat adalah pemenang permainan
5. Pemberian Reward kepada siswa yang menang

Evaluasi dan Refleksi

1. Kenapa ada yang meniup balon besar dan kecil? Apakah usaha setiap orang sama?
2. Penting atau tidak usaha supaya cita-cita kalian tercapai?
3. Kenapa ada yang meniup balon lebih besar tapi tidak menang?
4. Apakah makna yang kamu dari permainan ini?

Lampiran 3:

MENGGAPAI CITA-CITA DENGAN POHON HARAPAN

Tujuan Layanan:

1. Siswa dapat membuat pohon harapan
2. Siswa mampu menentukan cita-cita dengan pohon harapan
3. Siswa mampu menuliskan harapan hidupnya kedepan

Langkah-langkah:

1. Guru Bk membagikan kertas dalam bentuk daun kepada siswa
2. Guru Bk meminta siswa untuk menuliskan identitas (nama dan kelas)
3. Guru Bk meminta siswa untuk menuliskan cita-cita
4. Guru Bk meminta siswa untuk menuliskan harapan perbaikan sikap dan usaha yang akan dilakukan (motivasi)
5. Siswa menempelkan harapannya kedalam pohon yang telah disediakan
6. Siswa menempelkan pohon harapan di dalam ruang kelas

Evaluasi dan Refleksi:(Kelompok)

1. Bagaimana rasanya setelah membuat pohon harapan?
2. Adakah yang ingin menjelaskan cita-citanya, bagaimana cara menggapainya dan motivasi apa yang kamu tuliskan dalam pohon harapan?
3. Apakah yang kamu dapat dari permainan ini?

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : X.1

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 14, P = 12, JML = 26

BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																												JUMLAH					
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I	A
1	1462	ABYYU RISQI WIBOWO																																		
2	1463	ADHAM CAHYO NUGROHO																																		
3	1464	ADHIE PRASTYANTO																																		
4	1465	ADITYA BUDI SAPUTRI																																		
5	1466	ADITYA PANGESTU																																		
6	1467	AFIEF SISWANTO																																		
7	1468	AFRI PURNAMA SARI																																		
8	1469	AKFIN FADLIKA																																		
9	1470	ALIFAH NUR HARYANI																																		
10	1471	ALIFIA HARIS LILI PRISANTI																																		
11	1472	AMEYLIA DYAH WIDOWATI																																		
12	1474	ANGGERIA SEKAR RINI																																		
13	1475	ANJAS WARA ISKANDAR																																		
14	1476	ANNA NOVENTA AYUNINGTYAS																																		
15	1477	ARI FITRIYANTO																																		
16	1478	ARINDA SALSA OKTARINSA																																		
17	1479	ARINI INDAH PUSPITA																																		
18	1480	ARQHAB YUNIAR ANSHARI																																		
19	1481	ARTHA MARTA BAROKAH																																		
20	1482	ARTI BAYANGKARI																																		
21	1483	ARTITAN SEJATI																																		
22	1484	ASSASUDIN SHOAHAT ATSAURI																																		
23	1485	ASTRI MILENIA																																		
24	1486	AZHAR CHATAMY																																		
25	1487	BERNHARD DOVAN PUNDHI W																																		
26	1473	TAUFIQ MUHAMMAD AKBAR H																																		
PARAF GURU																																				

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : X.2

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 14, P = 12, JML = 26

BULAN: _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																													JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I	A
1	1488	AULIA NURRAHMA AZZIZA																																		
2	1489	AWALIA RACHMADANI																																		
3	1490	AYU SURYA NINGRUM																																		
4	1491	BAGAS DWI NURCAHYO																																		
5	1492	BAGUS SADEWO																																		
6	1493	BANI SATRIO TIRTO HANGGORO																																		
7	1494	BERNADETUS VIGO NOVINDA																																		
8	1495	BIMA SAKTI ANNAJI																																		
9	1496	BIMA YUDHA PRATAMA																																		
10	1497	BIMO ADI NUGROHO																																		
11	1498	BUNGA SRI LESTARI																																		
12	1499	CAHYA JATI PAMUNGKAS																																		
13	1500	CANDHRA WISNU WIBAWA																																		
14	1501	DEWI NUR PRATIWI																																		
15	1502	DHANU NUGROHO																																		
16	1503	DIAH ARI GUPITO																																		
17	1504	DIAS MANISHARANI																																		
18	1505	DIKKI CHANDRA SAPUTRA																																		
19	1506	EGA GHAFAR RAHMAT																																		
20	1507	EKA LATIFAH HANUM																																		
21	1508	ELSA NAMIRA																																		
22	1509	ERNI NURGIYANTI																																		
23	1510	FAISAL ADHI WIRA KUSUMA																																		
24	1511	FAJAR AHMAD FADHOLI																																		
25	1512	FEBRI AMBARWATI																																		
26	1513	FERMITA WINA RAMASARI																																		
PARAF GURU																																				

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pebimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : X.3

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 12, P = 14, JML = 26

BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																													JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I	A
1	1514	FARHAN NAUFAL ANDERA																																		
2	1515	FITRI SETYO NUGROHO																																		
3	1516	FITRIA NUR KHASANAH																																		
4	1517	FITRIYANI																																		
5	1518	GABY NABILLA																																		
6	1519	HENDRI MASYRURI SAPUTRA																																		
7	1520	HENI RAHMAWATI																																		
8	1521	HERDANTIA RESMI ANDARTI																																		
9	1522	IHSAN FAHRUDIN																																		
10	1523	IKA NOVITA SARI																																		
11	1524	INDRA KRISMOKO																																		
12	1525	INGGIT ASNANINGRUM																																		
13	1526	INTANISA ZUFIYANTI																																		
14	1527	IRSYAD DARUL FALAH																																		
15	1528	ISNARIYANA																																		
16	1529	KARUNIA RAHMAWATI																																		
17	1530	LESTARI NUR FAJARWATI																																		
18	1531	LUTFI KURNIA RAMADHAN																																		
19	1532	MAULINA AMADA KHOIRONA																																		
20	1533	MEGA SRI UTAMI																																		
21	1534	MEI ARUMJANAHTI																																		
22	1535	MELLANO BUDI SAPUTRA																																		
23	1536	MOH. ABDUL ROSID																																		
24	1537	MUH KHALID HARDIANSYAH																																		
25	1538	MUHAMMAD NURAHMAN																																		
26	1539	MURNI SHANTI ASIH																																		
PARAF GURU																																				

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : X.4

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 13, P = 13, JML = 26

BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																												JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I
1	1540	NANANG RUDIYANTO																																	
2	1541	NANDA CHOIRUDI																																	
3	1542	NISA ERLIANA																																	
4	1543	NOVIAN TRI PAMUNGKAS																																	
5	1544	NOVITA DAMAYANTI																																	
6	1545	NOVITA OCTAVIANI																																	
7	1546	NUR IKASARI																																	
8	1547	NURHUDA WAHYU AJI WIBOWO																																	
9	1548	NURUL CHASANAH																																	
10	1549	RAAFIUQ RISKY ALRASYD																																	
11	1550	RAHMA KURNIAWATI																																	
12	1551	RAJIF DIENAL MAULANA																																	
13	1552	RENI NUR YULIANINGSIH																																	
14	1553	RENITA YUNINGSIH																																	
15	1554	RENNNA FITRIANA																																	
16	1555	RETNO SETYOWATI																																	
17	1556	RIDA MEVIANNA EKA SUCI																																	
18	1557	RIFQY ARDIANSYAH																																	
19	1558	RIKA KRISWANTO																																	
20	1559	RISKI WAHYU WIJAYANTO																																	
21	1560	RIZAL EKA RAMADHAN																																	
22	1561	ROHMAT YULIANTO																																	
23	1562	SELVIA DEWI LARASATI																																	
24	1563	UMARDANA ADHSAN DWIYADI																																	
25	1588	MELNIA PUTRI*																																	
26	1589	HILAL SATYA PRANANDA*																																	
PARAF GURU																																			

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : X.5
SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 14, P = 12, JML = 26
BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																												JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I
1	1587	DAFFA ADYATMA NUDHAR H																																	
2	1374	DIMAS TRI ANGGORO																																	
3	1376	DWI BUDI NUGROHO																																	
4	1586	MELANI TRIA RIZKI																																	
5	1564	SHINTA WULANDARI																																	
6	1565	SIGIT RIYANTO																																	
7	1566	SONNY MUHAMMAD ILHAM																																	
8	1567	SUTANTRIYANI																																	
9	1568	SYAHANA PUTRI ASZAHRA																																	
10	1569	SYAHFRIZAL AGINDRA P																																	
11	1570	THOYIB TRI ATMAJA																																	
12	1571	TOYIBA																																	
13	1572	TRI ARYATNO																																	
14	1573	TRI HARTINI																																	
15	1574	TRI WULANSARI																																	
16	1575	TYAS YULIANTORO																																	
17	1576	UCHI DHATI PRATITA																																	
18	1577	UMARDANI ADHSAN PRATAMA																																	
19	1578	USMAN ALI MUHTAR																																	
20	1579	VENTY PUJI ASTUTI																																	
21	1580	WINDI NURJANAH																																	
22	1581	WULAN AVIANI																																	
23	1582	YENY ARDYANTI																																	
24	1583	YUSUF IRWANSYAH																																	
25	1584	YUSUF PRIYANA																																	
26	1585	YUSUF RAHMADANI																																	
PARAF GURU																																			

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : **XI IPA 1**

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 8, P = 19, JML = 27

BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																												JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I
1	1351	AFRENSIADEY ZULISTYA P																																	
2	1350	ALDA SURGAINI JANU FERA W																																	
3	1352	ALIVIANI CHOLIFATUROSIDAH																																	
4	1353	ALVIAN FIRDAUS																																	
5	1355	ANGGI HANA PRATIWI																																	
6	1357	ANISA YONNARTI																																	
7	1358	ANNISA PUTRI NUR F																																	
8	1359	APRILIA WULANDARI																																	
9	1360	ARDY AJI WIJAYA																																	
10	1363	AULIA YOGI MASHURI																																	
11	1364	BAHARUDIN YUSUF DWI I																																	
12	1366	BERLIAN NOVANDA AGESTA																																	
13	1367	BERLIANA MUSTHIKANING P																																	
14	1368	BETI VERA SITA																																	
15	1371	DETI NOVANTI																																	
16	1372	DEWI ANGGRAENI																																	
17	1378	DWI KQORI HANDANI																																	
18	1381	ELISABETH WINDHY K																																	
19	1385	FELLYNIA RIZKY ARMANDA																																	
20	1388	GALUH KUSUMA NINGTANTRI																																	
21	1389	GANANG SETYO WIBI																																	
22	1392	HAFIDZ TAUFIQ																																	
23	1394	HANIF NUGROHO																																	
24	1589	HENGKY NUR OKTAVIAN																																	
25	1398	IDA NOVITA SARI																																	
26	1401	IPNA AULIANA																																	
27	1403	ISNAINI SISWI BAROKATI																																	
PARAF GURU																																			

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : **XI IPA 2**

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 8, P = 17, JML = 25

BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																													JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I	A
1	1400	INDRA CAHYA P																																		
2	1408	LINDA KURNIAWATI																																		
3	1409	LINGGAR NARIRATRI																																		
4	1412	MERLITA DIAH AYU																																		
5	1413	MILENIA WIRA ANJANI																																		
6	1420	NIA PERMATASARI																																		
7	1423	OKA ISABELA																																		
8	1424	OKY SURYO KUSUMA																																		
9	1426	PRAHADHITA NERISSA PUTRI																																		
10	1429	RIA FATMAWATI																																		
11	1419	NASRU FATH DHOHIR A																																		
12	1432	RISKA MARIANA																																		
13	1433	RISKI APRIANI																																		
14	1435	RIZKY ERLANDA																																		
15	1436	ROFIQ ADITYA DARMAWAN																																		
16	1437	RYAN HANGGA PRABOWO																																		
17	1439	SINTHA INNANA PUTRI																																		
18	1441	SIWI WULANDARI																																		
19	1445	SYAHIDATIN ZURRY A																																		
20	1447	TENTI INDRIYANI																																		
21	1448	TIARA DESTIA																																		
22	1450	USTAT ROHMADI																																		
23	1451	VIRA ANISA PRIHARTANTI																																		
24	1453	WINDY OKTAVIARINI																																		
25	1455	YAYANG VIKY PERMADI																																		
		PARAF GURU																																		

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : XI IPS 1

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 15, P = 9, JML = 24

BULAN : _____

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : **XI IPS 2**

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 15, P = 10, JML = 25

BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																												JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I
1	1399	IKA FITRIYANI																																	
2	1402	IRA SUPRASTYAWATI																																	
3	1410	LUSININGSIH																																	
4	1414	MUHAMMAD JAZMI NUHA																																	
5	1415	MUHAMMAD MIRZA ARIF R																																	
6	1416	MUHAMMAD OKHI HENDARTO																																	
7	1422	NUR RAHMAT WAHYU HIDAYAT																																	
8	1421	NURCAHYO SAPUTRA																																	
9	1427	RAFIDAH SHAFAH																																	
10	1428	REYZA ALGHANIA ARDIANSYAH																																	
11	1430	RIANG DWI CAHYANI																																	
12	1431	RIFKY NUR IHKSAN																																	
13	1434	RIZA ANGGRAENI																																	
14	1438	SIDIQ KUSUMA P																																	
15	1440	SITI ALFIATUN																																	
16	1442	SLAMET RAHARJO																																	
17	1443	SRI AMBARSARI																																	
18	1444	SURYANTO																																	
19	1446	TEDDY SULISTYO PRABOWO																																	
20	1452	WANA JATI																																	
21	1454	YANSEN ANGGRITA MIRANDA																																	
22	1456	YULIANTO																																	
23	1457	YULINDA RISTIYANTI																																	
24	1458	YUNITA NAYOGYANI																																	
25	1459	ZAMES ARI ADITYA																																	
		PARAF GURU																																	

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui

Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : XII IPA 1

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 13, P = 9, JML = 22

BULAN : _____

KETERANGAN : S = SAKIT
I = IJIN
A = ALPA

Mengetahui Guru Pembimbing

Bantul, 2016
Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : XII IPA 2

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 8, P = 14, JML = 22

BULAN : _____

KETERANGAN : S = SAKIT
I = IJIN
A = ALPA

Mengetahui Guru Pembimbing

Bantul, 2016
Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : XII IPS 1

SEMESTER GANJIL 2016/2017

$$L = 6, \quad P = 16, \quad JML = 21$$

BULAN : _____

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari

DAFTAR PRESENSI BIMBINGAN KLASIKAL SISWA

KELAS : **XII IPS 2**

SEMESTER GANJIL 2016/2017

L = 7, P = 13, JML = 20

BULAN : _____

NO	NIS	NAMA SISWA	TANGGAL																													JUMLAH				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	S	I	A
1	1308	FERRYDIANA CANDRA P																																		
2	1331	FITRI KHOIRIYAWATI																																		
3	1309	HESTI KURNIA PUTRI																																		
4	1333	MEI PURWANDINI																																		
5	1334	MUH. AL'HAQ KURNIAWAN																																		
6	1312	NINDA FEBRIYANTI																																		
7	1342	NOVI DWI ASTUTI																																		
8	1335	NUR HANIFAH MAISAROH																																		
9	1313	NUR YULIANTI																																		
10	1336	PRAJA WIJAYANTO																																		
11	1338	RENO FATONY SAPUTRA																																		
12	1314	RESID FERRYAN KRISTANTA																																		
13	1315	RESTU GUSNAWAN																																		
14	1339	RICHY EFFENDI																																		
15	1316	RINDITYA PURNAMASARI																																		
16	1317	SALASATUN RAHMADANI																																		
17	1318	SRI RAHAYU																																		
18	1340	TRIANA																																		
19	1319	WARIH AYU PURNANINGSIH																																		
20	1341	YUSUF ANDI MAULANA																																		
		PARAF GURU																																		

KETERANGAN : S = SAKIT

I = IJIN

A = ALPA

Mengetahui
Guru Pembimbing

Bantul, 2016

Mahasiswa BK

Tris Sutikna, S.Pd
NIP. 195809171986021004

Filastri Kurniasari



DAFTAR HADIR SISWA KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2016/2017

SMA NEGERI 1 SRANDAKAN BANTUL

KELAS : XII IPS 2

WALI KELAS : ELFIANA NURJANNAH, S.Ant

PEDOMAN WAWANCARA HOME VISIT:

N O	ASPEK	DESKRIPSI	INDIKATOR	ITEM / PERTANYAAN
1	Interaksi sosial	interaksi adalah hubungan timbal balik antara dua orang atau lebih, dan masing-masing orang yang terlibat di dalamnya memainkan peran secara aktif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah pelakunya lebih dari satu orang 2. Terjadinya komunikasi di antara pelaku melalui kontak sosial 3. Mempunyai maksud atau tujuan yang jelas 4. Dilaksanakan melalui suatu pola sistem sosial tertentu 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana interaksi Kresna di rumah? Apakah telah berinteraksi dengan baik atau terasingkan ? 2. Bagaimana pola interaksi sosial Kresna di rumah?
2	Komunikasi	komunikasi adalah suatu proses penyampaian pesan oleh seseorang kepada orang lain melalui media tertentu yang menghasilkan sebuah informasi.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menciptakan suasana yang menguntungkan. 2. menggunakan bahasa yang mudah ditangkap dan dimengerti. 3. pesan yang disampaikan dapat menggugah perhatian atau minat di pihak komunikasi. 4. Pesan dapat menggugah kepentingan dipihak komunikasi yang dapat menguntungkannya. 5. Pesan dapat menumbuhkan sesuatu penghargaan atau reward di pihak komunikasi. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah Kresna di rumah dapat berkomunikasi verbal dengan baik? Atau adakah yang belum dapat berkomunikasi dengan baik? 2. Apakah terjadi komunikasi yang baik antar anggota keluarga?
3	Relationship	Hubungan sosial adalah hubungan timbal balik antara Individu yang satu dengan individu yang lain , saling mempengaruhi dan didasarkan pada kesadaran untuk saling menolong.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ada dua individu atau lebih yang saling berinteraksi atau berkomunikasi. 2. Adanya tujuan tertentu dalam hubungan sosial tersebut 3. Terjadi komunikasi antar dua individu atau lebih, baik dengan bahasa lisan maupun bahasa isyarat. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menurut bapak/ibu diantara anak-anak ibu ada yang patut menjadi contoh dan diunggulkan? Mengapa? 2. Apakah bapak/ibu tahu jika ada anak ibu/bapak yang mersa terisolir?
4	Manajemen konflik	Manajemen konflik merupakan langkah-langkah yang diambil para pelaku atau pihak ketiga dalam rangka mengarahkan perselisihan ke arah hasil tertentu yang mungkin atau tidak mungkin menghasilkan suatu akhir berupa penyelesaian konflik dan mungkin atau tidak mungkin menghasilkan ketenangan, hal positif, kreatif, bermufakat, atau agresif.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Manajemen konflik destruktif yang meliputi menyerang dan lepas control, menarik diri dari situasi tertentu yang kadangkadang sangat menakutkan , dan menyerah dan tidak membela diri 2. Manajemen konflik konstruktif yaitu positive problem solving yang terdiri dari kompromi dan negosiasi. Kompromi adalah suatu bentuk akomodasi dimana pihak-pihak yang terlibat mengurangi tuntutannya agar tercapai suatu penyelesaian terhadap perselisihan yang ada. Sedangkan negosiasi yaitu suatu cara untuk menetapkan keputusan yang dapat disepakati dan diterima oleh dua pihak dan menyetujui apa dan bagaimana tindakan yang akan dilakukan di masa mendatang 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah di rumah sering terjadi konflik antar anak atau orang tua? Bagaimana cara mengatasi konflik yang terjadi? 2. Apa yang melatarbekalangi terjadinya konflik di rumah? 3. Bagaimana biasanya penyelesaian konflik yang dilakukan?



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL
SMA NEGERI 1 SRANDAKAN

SURAT TUGAS HOME VISIT

Nomor :

Guru Bimbingan dan Konseling SMA N 1 Srandaikan. Dengan ini Memberikan Tugas kepada :

Nama : Filastri Kurniasari dan Khoirunissa Z
Jabatan : Mahasiswa PPL BK UNY

Untuk melaksanakan HOME VISIT (Kunjungan Rumah) Kepada siswa yang tercantum
Di bawah ini :

N a m a : Kresna Agil Saputra
Kelas : XII IPA 2
Alamat : Dusun Celan, Trimurti, Srandaikan, Bantul

Dalam Rangka memberikan layanan Bimbingan dan konseling Kepada siswa tersebut di atas
Beserta pihak orang tua/keluarganya.

Guru Bimbingan dan Konseling

Tris Sutikno, S.Pd
NIP. 19580917198601 1 004

NO	TOPIK	Nm	(Nm : N) x100%	Derajat Masalah
I. KESEHATAN				
1	Sering sakit kepala?	16	43.2%	D
2	Sering sakit sekarang?	10	27.0%	D
3	Jantung sering berdebar-debar?	11	29.7%	D
4	Sering keluar keringat?	21	56.8%	E
5	Kesehatan sering terganggu?	9	24.3%	C
6	Pernah operasi?	4	10.8%	C
7	Merasa terlalu gemuk?	10	27.0%	D
8	Merasa terlalu kurus?	9	24.3%	C
9	Selalu kurang nafsu makan?	14	37.8%	D
10	Merasa kurang bahagia karena cacat?	1	2.7%	B
11	Sering kurang/ tidak dapat tidur?	18	48.6%	D
12	Merasa lelah dan tidak bersemangat?	17	45.9%	D
13	Makanan kurang mampuhi syarat kesehatan?	3	8.1%	B
14	Sering merasa mengantuk?	18	48.6%	D
15	Penglihatan saya kurang?	9	24.3%	C
16	Saya sering pusing/pening?	15	40.5%	D
17	Pendengaran saya kurang?	0	0.0%	A
18	Saya menderita gagap?	0	0.0%	A
19	Kurang hawa segar?	6	16.2%	C
20	Sering gemetar dan keluar keringat?	5	13.5%	C
21	Mudah kaget dan gugup?	10	27.0%	D
22	Sering pingsan?	0	0.0%	A
23	Tekanan darah terlalu rendah?	12	32.4%	D
24	Tekanan darah terlalu tinggi?	0	0.0%	A
25	Mempunyai penyakit menahun?	2	5.4%	B
JUMLAH		220		
II. KEADAAN EKONOMI				
26	Uang saku saya tidak mencukupi	10	27.0%	D
27	Kekurangan buku2 karena tidak mampu membeli	0	0.0%	A
28	Terpaksa sambil bekerja karena ekonomi tdk cukup	2	5.4%	B
29	Tidak tahu bagaimana caranya menambah biaya sekolah	2	5.4%	B
30	Saya sering meminjam uang	5	13.5%	C

31	Penerangan lampu dirumah kurang cukup	1	2.7%	B
32	Sering berjalan kaki kesekolah padahal rumah jauh	1	2.7%	B
33	Orang tua tidak mempunyai pekerjaan tetap	8	21.6%	C
34	Uang sekolah saya terlalu tinggi	3	8.1%	B
35	Terlalu banyak saudara yang harus dibiayai	4	10.8%	C
36	Saya tidak pernah mendapat uang saku	0	0.0%	A
37	Ibu/saudara ikut mencari penghasilan tambahan	14	37.8%	D
38	Terpaksa sering menunggak membayar SPP	2	5.4%	B
39	Tamat sekolah terpaksa tdk meneruskan ke perguruan tinggi	5	13.5%	C
40	Ayah dan Ibu tidak hidup bersama	2	5.4%	B
41	Keluarga saya hidup berantakan	3	8.1%	B
42	Saya tidak puas dengan keadaan saya	10	27.0%	D
43	Saya ikut orang lain karena orang tua saya tidak mampu	0	0.0%	A
44	Orang tua saya mampu dan saya ingin segala keinginan saya dipenuhi	13	35.1%	D
45	Saya ingin orang tua tidak terlalu mengekang	24	64.9%	E
JUMLAH		109		
III. KEHIDUPAN KELUARGA				
46	Saya anak tunggal	5	13.5%	C
47	Saya anak sulung	10	27.0%	D
48	Saya anakbungsu	17	45.9%	D
49	Saya adalah tidak berayah	3	8.1%	B
50	Saya adalah tidak beribu	0	0.0%	A
51	Saya selalu dimanaj orang tua saya/saudara	9	24.3%	C
52	Saya tidak hidup bersama orang tua	1	2.7%	B
53	Ayah/Ibu pulang kerja terlalu petang	6	16.2%	C
54	Di rumah terlalu sibuk dengan membantu orang	4	10.8%	C
55	Pusing ayah ibu selalu bertengkar	4	10.8%	C
56	Mata pencaharian orang tua mengganggu pikiran	5	13.5%	C
57	Orang tua kurang memperhatikan	3	8.1%	B
58	Orang tua selalu mencampuri urusan saya	6	16.2%	C
59	Saya sukar menyesuaikan diri dengan ayah	1	2.7%	B
60	Saya sukar menyesuaikan diri dengan ibu	3	8.1%	B
61	Saya kurang senang dirumah	6	16.2%	C
62	Kehidupan dirumah kurang teratur	7	18.9%	C
63	Keluarga kurang tolong menolong	1	2.7%	B
JUMLAH		91		

IV. AGAMA DAN MORAL				
64	Tidak sungguh-sungguh menerima pelajaran agama	3	8.1%	B
65	Masih meragukan adanya tuhan	0	0.0%	A
66	Sering timbul keinginan berganti agama	1	2.7%	B
67	Malas berseambahyang	6	16.2%	C
68	Tidak sungguh-sungguh dalam mengerjakan ibadah	2	5.4%	B
69	Kurang merasakan manfaat agama	3	8.1%	B
70	Sering berdusta	2	5.4%	B
71	Sering ingkar janji	5	13.5%	C
72	Sering tidak mengakui kesalahan	5	13.5%	C
73	Sering iri hati	5	13.5%	C
74	Ucapan dan perbuatan sering tidak sesuai	11	29.7%	D
75	Sering mengambil barang orang lain	1	2.7%	B
76	Sering mempermudah orang lain	2	5.4%	B
77	Pernah melanggar kesusilaan	2	5.4%	B
78	Kurang dapat bertoleransi dengan pemeluk agama lain	0	0.0%	A
79	Kurang merasa iba terhadap penderitaan orang lain	15	40.5%	D
80	Kurang ada tenggang rasa dengan orang lain	0	0.0%	A
81	Sering melupakan milik orang lain yang dipinjam	3	8.1%	B
82	Kurang hormat dengan orang lain yang lebih tua	24	64.9%	E
83	Kurang hormat dengan wanita	20	54.1%	E
84	Membenci teman yang punya kelebihan	0	0.0%	A
85	Ada perasaan senang menceritakan hal yg berbau porno	4	10.8%	C
86	Sangat segaul dengan orang yang agak ugal-ugalan	2	5.4%	B
87	Kurang senang dengan wanita atau pria pendiam	15	40.5%	D
JUMLAH		131		
V. REKREASI DAN HOBY				
88	Keinginan untuk rekreasi selalu terhalang	18	48.6%	D
89	Gemar melukis tetapi tidak mempunyai alat lukis	5	13.5%	C
90	Waktu libur saya harus belajar	4	10.8%	C
91	Suka olah raga tetapi tidak ada kesempatan	15	40.5%	D
92	Lebih suka buku hiburan daripada buku pelajaran	20	54.1%	E
93	Orang tua saya tidak pernah mengajak rekreasi	9	24.3%	C
94	Terlalu sering rekreasi keluar kota	2	5.4%	B
95	Sebagian besar waktu saya pakai untuk belajar	2	5.4%	B
96	Waktu saya banyak terpakai untuk membantu orang tua	8	21.6%	C

97	Saya tidak bisa menggunakan waktu luang saya	14	37.8%	D
98	Setiap ada film baru, saya nonton	8	21.6%	C
99	Salah satu keluarga saya sering menghalangi hoby saya	9	24.3%	C
100	Kesenangan membaca majalah menghabiskan waktu belajar	9	24.3%	C
101	Habis waktu saya untuk menonton TV	12	32.4%	D
102	Waktu luang banyak terpakai untuk hoby	11	29.7%	D
103	Waktu luang banyak terpakai untuk ngobrol	13	35.1%	D
104	Waktu banyak terpakai untuk latihan seni	3	8.1%	B
105	Saya tidak senang rekreasi	1	2.7%	B
106	Lebih tenang di rumah dari pada hoby di luar rumah	11	29.7%	D
JUMLAH		174		
VI. HUB. PRIBADI				
107	Tidak suka bergaul dengan orang lain yang kedudukannya lebih rendah	0	0.0%	A
108	Tidak suka bergaul dengan orang lain yang kedudukannya lebih tinggi	0	0.0%	A
109	Sering merasa malu dengan kawan lawan jenis	10	27.0%	D
110	Sering merasa iri hati	2	5.4%	B
111	Sukar mendapat teman	2	5.4%	B
112	Tidak suka bertamu	2	5.4%	B
113	Enggan menerima tamu	2	5.4%	B
114	Merasa rendah diri	8	21.6%	C
115	Sering merasa curiga terhadap orang lain	12	32.4%	D
116	Bersikap kaku dan tidak toleran	2	5.4%	B
117	Bersikap dingin dalam bergaul	5	13.5%	C
118	Sering ingin bunuh diri	2	5.4%	B
119	Merasa pesimis (tidak punya harapan)	4	10.8%	C
Saya ingin lebih menarik		16	43.2%	D
JUMLAH		67		
VII. HUB. SOSIAL DAN ORGANISASI				
121	Tidak senang bermain dalam kelompok	1	2.7%	B
122	Sering gagal dalam usaha mencari teman	1	2.7%	B
123	Sukar bergaul	3	8.1%	B
124	Merasa tidak disenangi kawan-kawan di luar sekolah	2	5.4%	B
125	Senang menjadi pusat perhatian	4	10.8%	C
126	Tidak berminat dalam organisasi	5	13.5%	C
127	Terlalu aktif dalam berorganisasi	5	13.5%	C
128	Sukar menyesuaikan diri	3	8.1%	B

129	Mudah tersinggung	12	32.4%	D
130	Takut bergaul dengan atasan	2	5.4%	B
131	Tidak tertarik menjadi pemimpin	9	24.3%	C
132	Tidak pernah mengemukakan suatu pendapat	4	10.8%	C
133	Sering bertentangan pendapat dengan orang lain	8	21.6%	C
134	Sukar menerima kekalahan	4	10.8%	C
135	selalu ingin berkuasa dalam bergaul	0	0.0%	A
136	Bingung bila berhadapan dengan orang banyak	10	27.0%	D
137	Mudah merasa malu	13	35.1%	D
138	Mudah marah	14	37.8%	D
139	Sering tidak sabar	17	45.9%	D
140	Sering tidak menepati janji	3	8.1%	B
141	Tidak dapat menerima kritik	3	8.1%	B
142	Bersifat tertutup	10	27.0%	D
143	Lebih senang menjadi anggota daripada ketua	17	45.9%	D
144	Jarang diajak bermain-main bersama oleh teman	2	5.4%	B
JUMLAH		152		
VIII. MASALAH REMAJA				
145	Memikirkan masalah cinta adalah soal yang terlalu awal bagi saya	13	35.1%	D
146	Cinta adalah bagian dari hidup saya	15	40.5%	D
147	Merasa tabu membicarakan soal cinta	2	5.4%	B
148	Bercinta di masa sekolah dapat menjadi dorongan	18	48.6%	D
149	Bercinta di masa sekolah dapat menghancurkan semangat	8	21.6%	C
150	Saya mulai tertarik pada lawan jenis	23	62.2%	E
151	Saya lebih tertarik pada teman sejenis	1	2.7%	B
152	Saya pernah patah hati ditinggal pacar	17	45.9%	D
153	Saya sering membayangkan adegan cinta	7	18.9%	C
154	Saya gemar melihat film atau membaca buku yang bertema cinta	13	35.1%	D
155	Saya terpaksa pacaran sembunyi-sembunyi	4	10.8%	C
156	Saya merasa jijik atau muak jika ada orang membicarakan cinta	1	2.7%	B
157	Saya tidak bisa belajar jika ada orang yg membicarakan masalah cinta	4	10.8%	C
158	Saya sering melamun membicarakan si-Dia	5	13.5%	C
JUMLAH		131		
IX.. PENYESUAIAN TERHADAP SEKOLAH				
159	Saya sering malas masuk sekolah	9	24.3%	C
160	Saya sering meninggalkan pelajaran	9	24.3%	C

161	Saya sering membolos	3	8.1%	B
162	Saya ingin pindah ke kelas lain	1	2.7%	B
163	Saya ingin pindah sekolah	8	21.6%	C
164	Saya sering merasa cemas jika ada ulangan	11	29.7%	D
165	Bahan pelajaran sulit dikuasai	9	24.3%	C
166	Saya ingin menjadi pengurus osis tetapi tidak terpilih	2	5.4%	B
167	Ada beberapa pelajaran yang tidak saya sukai	23	62.2%	E
168	Pelajaran disekolah terlalu membosankan	9	24.3%	C
169	Saya merasa kurang dimengerti oleh guru	6	16.2%	C
170	Peraturan sekolah terlalu membosankan	7	18.9%	C
171	Pribadi guru yang menyebabkan pelajaran tidak diperhatikan	8	21.6%	C
172	Beberapa mata pelajaran saya anggap tidak perlu	2	5.4%	B
173	Di sekolah saya tidak memusatkan perhatian	8	21.6%	C
174	Di dalam kelas saya sering melamun	3	8.1%	B
175	Saya sering datang terlambat	4	10.8%	C
176	Seorang kawan salalu menjengkelkan saya	10	27.0%	D
177	Tidak ada teman yang saya sukai untuk belajar	2	5.4%	B
JUMLAH		134		
X. PENYESUAIAN TERHADAP KURIKULUM				
178	Pelajaran di sekolah terlalu berat	2	5.4%	B
179	Pelajaran di sekolah terlalu mudah	2	5.4%	B
180	Sukar mendapatkan buku pelajaran	4	10.8%	C
181	Saya takut terhadap ulangan	4	10.8%	C
182	Saya tidak suka belajar	6	16.2%	C
183	Saya mengerti isi buku pelajaran	11	29.7%	D
184	Saya tidak berminat terhadap buku	3	8.1%	B
185	Saya sering mendapatkan nilai rendah	6	16.2%	C
186	Saya tidak senang belajar bersama	1	2.7%	B
187	Saya sukar menangkap dan mengikuti pelajaran	6	16.2%	C
188	Saya sering mearasa khawatir jika mendapat giliran maju dikelas	8	21.6%	C
189	Saya sering kesulitan dalam mengerjakan PR	7	18.9%	C
190	Pelajaran yang bersifat hitungan sukar bagi saya	6	16.2%	C
191	Pelajaran yang bersifat hafalan sukar bagi saya	7	18.9%	C
192	Saya merasa segan membaca buku di perpustakaan	8	21.6%	C
JUMLAH		81		
XI. KEBIASAAN BELAJAR				

193	Saya belajar kalaun ada ulangan	12	32.4%	D
194	Saya belajar tidak teratur waktunya	19	51.4%	E
195	Saya belajar hanya waktu malam hari	16	43.2%	D
196	Saya belajar hanya waktu siang hari	2	5.4%	B
197	Saya sukar memusatkan perhatian waktu belajar	11	29.7%	D
198	Saya sukar mengingat pelajaran yang telah dihafal	9	24.3%	C
199	Saya sulit memulai belajar	5	13.5%	C
200	Kalau belajar saya sering mengantuk	15	40.5%	D
201	Saya sering merasa malas belajar	14	37.8%	D
202	Saya sering merasa terganggu saudara ketika belajar	10	27.0%	D
203	Saya belajar dengan cara menghafal	11	29.7%	D
204	Saya belajar dengan cara membayangkan	7	18.9%	C
205	Saya belajar dengan cara membuat ringkasan	11	29.7%	D
206	Saya tidak dapat menerapkan cara belajar yang baik	7	18.9%	C
207	Saya sering menyalin PR teman	9	24.3%	C

JUMLAH

158

XII. KARIER DAN CITA-CITA

208	Saya tidak tahu berbuat apa setelah MTs	1	2.7%	B
209	Saya sukar menetapkan pilihan sekolah lanjutan	5	13.5%	C
210	Saya khawatir tidak diterima di sekolah menengah atas	1	2.7%	B
211	Saya ingin melanjutkan sekolah kejenjang yang lebih tinggi	20	54.1%	E
212	Saya merasa pesimis dengan masa depan	9	24.3%	C
213	Saya khawatir nantinya tidak bisa mandiri	10	27.0%	D
214	Saya ingin mengetahui bakat dan kemampuan diri	19	51.4%	E
215	Cita-cita saya tidak sesuai dengan kemampuan saya	9	24.3%	C
216	Saya bingung menentukan sikap setalah lulus nanti	9	24.3%	C
217	Saya merasa bingung bila tidak melanjutkan sekolah	15	40.5%	D
218	Saya sering cemas jika mengingat masa depan	13	35.1%	D
219	Orang tua sering memaksa saya dalam mengarahkan cita-cita	11	29.7%	D
220		7	18.9%	C

JUMLAH

129

	TOTAL	1577	
--	--------------	-------------	--

Jumlah Siswa (N)	37
---------------------	----

PEDOMAN OBSERVASI DAN WAWANCARA
PRAKTIKUM BK SOSIAL
KELAS VI.B
KELOMPOK I.B
DOSEN PENGAMPU SITI AMINAH M.Pd

catatan :

1. Pedoman observasi mengamati 3 siswa di kelas, bisa minta saran guru BK atau mengambil secara random. diperbaiki pada item-item yang sama
2. Pedoman wawancara keseluruhan sudah baik
3. Susun menjadi pedoman observasi dan wawancara (tabel pernyataan dan jawaban, atau pernyataan dan perilaku tsb muncul atau tidak)
4. Tidak perlu menggunakan sosiometri
5. Yang digunakan adalah ITP, MLM atau DCM, wawancara dan observasi

A. Pedoman Observasi (mengamati 3 siswa yang mewakili kelas)

No	Aspek	Deskripsi	Indikator	Item
1	Interaksi sosial	Hubungan antara dua atau lebih individu manusia. Dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah atau mempengaruhi individu lain atau sebaliknya	Dapat bekerjasama dengan teman Dapat berkomunikasi dengan teman Dapat berteman dengan siapa saja Menghargai kebudayaan teman Memiliki musuh	Siswa dapat bekerjasama dengan teman Siswa lebih suka bekerja/mengerjakan tugas sendirian Siswa menanggapi ketika ada teman yang mengajak berbicara Siswa lebih banyak diam pada saat berkumpul bersama teman-teman Siswa mendominasi pada saat berkelompok dengan teman Siswa memiliki jumlah teman yang banyak Siswa lebih menyukai berteman dengan sesama jenis Siswa memiliki geng Siswa menghargai teman yang berbeda budaya Siswa menghindari teman yang berlatar belakang budaya yang berbeda Siswa suka bertengkar
2	Manajemen konflik	Serangkaian aksi dan reaksi antara pelaku maupun pihak luar dalam suatu konflik	Dapat menyelesaikan masalah Dapat mengendalikan emosi terhadap masalah	Siswa dapat memberi solusi ketika teman yang lain memiliki masalah/bertengkar Siswa acuh terhadap masalah temannya Siswa dapat mengendalikan emosinya ketika mendapat masalah teman Siswa memperkeruh suasana ketika melihat temannya berkelahi

			Menghargai perbedaan tujuan	Siswa dapat menghargai pendapat teman meskipun bertentangan pendapatnya Siswa mampu menyampaikan pendapatnya dengan baik
3	Relationship (Hubungan)	Kesinambungan interaksi antara dua orang atau lebih yang terjadi dalam setiap proses kehidupan. (wikipedia.org)	Siswa memiliki banyak teman	Siswa mengikuti kegiatan organisasi Siswa bergaul dengan teman yang sebagian besar adalah laki-laki atau perempuan Siswa merasa kurang nyaman berteman dengan sesama jenis Siswa mempunyai teman dekat
			Mudah bergaul dengan orang baru	Mudah bergaul dengan orang baru
				Siswa sering makan sendirian dan tidak pernah terlihat nongkrong di kantin. Siswa terbatas-batas dan tampak bingung dalam merespon pembicaraan teman.
			Peka terhadap kondisi orang lain yang membutuhkan bantuan	Siswa tidak kaku dalam berkomunikasi Siswa ramah dan murah senyum. Siswa dapat memulai pembicaraan dengan orang baru Siswa dapat menyampaikan pendapat dengan baik
4	Penyesuaian dengan lingkungan	Berdasarkan sumber dari rumusbelaajar.blogspot.co.id, penyesuaian diri dengan lingkungan adalah suatu proses dinamis yang bertujuan untuk megubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya.	Bersikap terbuka kepada orang baru	Siswa tampak tegang saat bertemu dengan orang baru Siswa sering menundukkan kepala saat bertemu orang baru Siswa tampak diam dan mulai berbicara jika ada orang lain yang mengajak berbicara terlebih dahulu Siswa dapat mudah membuka diri
			Sikap terbuka pada saat berkelompok	Siswa kesulitan menyusun kata-kata untuk menyampaikan pendapat Siswa dapat berbagi tugas dengan anggota kelompok Siswa tidak mendominasi dalam melaksanakan tugas kelompok Siswa mendominasi dalam kelompok dan tampak megerjakan tugas sendiri
			Sikap terbuka pada saat di kelas	Siswa dapat mengkomunikasikan banyak hal dengan teman/ orang baru di kelas Siswa dapat berteman dengan teman/ orang baru di kelas maupun di luar kelas Siswa mengawali komunikasi dengan orang/ teman baru di kelas Siswa acuh terhadap kehadiran orang/teman baru di kelas

				Siswa bersikap dingin kepada orang baru di kelas.
			Sikap positif terhadap teman	Siswa membantu teman di dekatnya yang mengalami kesulitan
				Siswa senang menyakan kabar teman.
				Siswa tidak menghiraukan teman yang meminta bantuan.
				Siswa tidak peduli dengan keadaan teman yang sedang mengalami kesulitan.
5.	Komunikasi	Deskripsi secara umum: proses pengiriman dan penerimaan pesan atau informasi antara dua individu atau lebih dengan efektif sehingga dapat dipahami dengan mudah. Menurut Prof. Drs. H.A.W. Widjaya yang mengatakan bahwa pengertian komunikasi adalah hubungan kontak antar dan antara manusia baik individu maupun kelompok	Siswa dapat berkomunikasi dengan siapa saja	Siswa lebih sering berkomunikasi dengan sesama jenis ketika di lingkungan sekolah Siswa lebih sering berkomunikasi dengan lawan jenis di lingkungan sekolah Siswa seimbang dalam berkomunikasi dengan semua teman baik sejenis maupun lawan jenis
			Ramah kepada orang lain	Siswa sering menyapa orang lain ketika bertemu dan berpaprasan Siswa cuek terhadap orang lain yang ditemuinya
			Aktif dalam berkomunikasi	Siswa mendominasi dalam berkomunikasi pada di dalam dan luar kelas Siswa sering diam (pendiam) pada saat di dalam maupun luar kelas Siswa berkomunikasi seperlunya pada saat di dalam maupun luar kelas
			Kesadaran membangun komunikasi	Siswa mendahului/memulai terlebih dahulu dalam berkomunikasi di sekolah Siswa menunggu orang lain memulai dalam berkomunikasi di sekolah
			Sikap positif dalam berkomunikasi	Siswa mudah tersinggung ketika berkomunikasi Siswa respek terhadap orang lain ketika berkomunikasi
			Ada umpan balik dalam berkomunikasi	Siswa lebih sering berkomunikasi dua arah Siswa lebih serinh berkomunikasi satu arah
			Tindakan positif siswa selama berkomunikasi	Siswa berbiacara ceplas ceplos Siswa berbicara dengan sopan

B. PEDOMAN WAWANCARA(Untuk Guru BK)

Tujuan : Untuk mengetahui masalah sosial yang terjadi pada siswa

No	Aspek	Deskripsi	Indikator	Item Pertanyaan
1.	Interaksi sosial	Hubungan hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan antarindividu dan keompok atau antarkelompok.	<ul style="list-style-type: none"> - Jumlah pemeran lebih dari satu orang - Terjadi komunikasi antara pelaku melalui kontak sosial - Memiliki maksut dan tujuan yang jelas - Berdasarkan pola suatu sistem sosial tertentu 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana interaksi siswa di kelas/ sekolah? - Apakah ada siswa yang terhambat dalam interaksi sosialnya? - Selama ini apa yang menjadi hambatan siswa untuk dalam interaksi sosialnya? - Bagaimana interaksi siswa antar kelas? - Adakah siswa yang cenderung menarik diri dalam berinteraksi dengan teman-temannya?
2.	Komunikasi	Suatu proses penyampaian informasi (pesan, ide, gagasan) dari satu pihak ke pihak lain.	<ul style="list-style-type: none"> - Tidak ada dominasi antara pihak komunikan dengan pihak komunikator - Pesan yang disampaikan jelas - Maksud pesan yang disampaikan tidak membingungkan komunikator/ penerima pesan - Timbul umpan balik dari komunikasi tersebut - Umpan balik bisa berupa tindakan nonverbal dan verbal 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana komunikasi yang terjalin antar siswa di kelas? - Adakah siswa yang kesulitan dalam berkomunikasi dengan temannya?
3.	Relationship	Ikatan, pertalian (keluarga, teman)	<ul style="list-style-type: none"> - Ada dua atau lebih pelaku - Adanya faktor-faktor yang mendukung terjadinya sebuah ikatan 	<ul style="list-style-type: none"> - Apakah semua siswa aktif mengikuti kegiatan sekolah? Misalnya kegiatan ekstrakurikuler atau organisasi sekolah. - Apakah di sekolah juga terdapat geng-geng sekolah? - Bagaimana hubungan antara kelas tingkat atas dengan kelas tingkat bawah? - Apakah kelas tingkat atas terlalu mendominasi sehingga terjadi senioritas di sekolah? - Bagaimana hubungan siswa dengan keluarga? - Apakah latar belakang keluarga sangat mempengaruhi hubungan pertemanan di sekolah?
4.	Manajemen konflik	Langkah-langkah yang diambil para pelaku atau pihak ketiga dalam rangka mengarahkan	<ul style="list-style-type: none"> - Setidaknya ada dua pihak secara peseorangan maupun kelompok yang terlibat dalam suatu interaksi yang saling bertentangan 	<ul style="list-style-type: none"> - Permasalahan sosial yang sering terjadi di kelas atau di sekolah? - Bagaimana siswa menyikapi permasalahan sosial tersebut? - Apakah banyak siswa yang sering menyelesaikan masalah tersebut dengan bantuan guru BK? - Apa saja faktor yang menyebabkan sering terjadinya permasalahan sosial tersebut?

		<p>peselisihan ke arah hasil tertentu yang mungkin atau tidak mungkin menghasilkan suatu akhir berupa penyelesaian konflik dan mungkin menghasilkan ketenangan, hal positif, kreatif bermufakat, atau agresif.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Paling tidak timbul pertentangan antara dua pihak secara perseorangan maupun kelompok dalam mencapai tujuan - Munculnya interaksi yang sering kali ditandai gejala-gejala perilaku yang direncanakan untuk selang meniadakan Dll. 	
5.	Penyesuaian dengan lingkungan	<p>Suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar sesuai antara dirinya dengan lingkungan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Persepsi yang akurat pada realita - Mampu beradaptasi dengan tekanan dan stress - Memiliki gambaran diri yang positif - Mampu mengekspresikan perasaan dengan tepat - Mampu menjalin relasi interpersonal dengan baik 	<ul style="list-style-type: none"> - Bagaimana penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan kelas yang baru? - Apakah ada kesulitan bagi siswa kelas 10 yang baru merasakan peralihan dari SMP ke SMA? Jika ada seperti apa dan bagaimana menyelesaikan permasalahan itu?

C. Pedoman Wawancara (Untuk Wali Kelas)

N O	ASPEK	DESKRIPSI	INDIKATOR	ITEM / PERTANYAAN
1	Interaksi sosial	interaksi adalah hubungan timbal balik antara dua orang atau lebih, dan masing-masing orang yang terlibat dalamnya memainkan peran secara aktif	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jumlah pelakunya lebih dari satu orang 2. Terjadinya komunikasi di antara pelaku melalui kontak sosial 3. Mempunyai maksud atau tujuan yang jelas 4. Dilaksanakan melalui suatu pola sistem sosial tertentu 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana interaksi siswa di kelas? Apakah semua siswa telah berinteraksi dengan baik atau adakah yang terasingkan ? 2. Bagaimana pola interaksi sosial siswa di kelas?
2	Komunikasi	komunikasi adalah suatu proses penyampaian pesan oleh seseorang kepada orang lain melalui media tertentu yang menghasilkan sebuah informasi.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menciptakan suasana yang menguntungkan. 2. menggunakan bahasa yang mudah ditangkap dan dimengerti. 3. pesan yang disampaikan dapat menggugah perhatian atau minat di pihak komunikasi. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah siswa di kelas dapat berkomunikasi verbal dengan baik? Atau adakah yang belum dapat berkomunikasi dengan baik? 2. Apakah terjadi komunikasi yang baik antar siswa di kelas?

			<p>4. Pesan dapat menggugah kepentingan dipihak komunikasi yang dapat menguntungkannya.</p> <p>5. Pesan dapat menumbuhkan sesuatu penghargaan atau reward di pihak komunikasi.</p>	
3	Relationship	Hubungan sosial adalah hubungan timbal balik antara Individu yang satu dengan individu yang lain , saling mempengaruhi dan didasarkan pada kesadaran untuk saling menolong.	<p>1. Ada dua individu atau lebih yang saling berinteraksi atau berkomunikasi.</p> <p>2. Adanya tujuan tertentu dalam hubungan sosial tersebut</p> <p>3. Terjadi komunikasi antar dua individu atau lebih, baik dengan bahasa lisan maupun bahasa isyarat.</p> <p>4. Ada dimensi waktu yang menentukan kapan interaksi itu berlangsung, misalnya masa lalu, sekarang, atau masa datang. yang akan menentukan sikap aksi yang sedang berlangsung</p>	<p>1. Apakah terdapat kelompok / geng di kelas? Bagaimana kelompok tersebut dapat terbentuk? Apakah mereka memiliki kesamaan latar belakang atau apa? Apakah antara kelompok geng terdapat kompetisi?</p> <p>2. Apakah terdapat siswa yang paling populer di kelas? Dan apakah terdapat siswa yang terisolir?</p>
4	Manajemen konflik	Manajemen konflik merupakan langkah-langkah yang diambil para pelaku atau pihak ketiga dalam rangka mengarahkan perselisihan ke arah hasil tertentu yang mungkin atau tidak mungkin menghasilkan suatu akhir berupa penyelesaian konflik dan mungkin atau tidak mungkin menghasilkan ketenangan, hal positif, kreatif, bermufakat, atau agresif.	<p>1. Manajemen konflik destruktif yang meliputi conflict engagement (menyerang dan lepas control), withdrawal (menarik diri) dari situasi tertentu yang kadangkadang sangat menakutkan hingga menjauhkan diri ketika menghadapi konflik dengan cara menggunakan mekanisme pertahan diri, dan compliance (menyerah dan tidak membela diri).</p> <p>2. Manajemen konflik konstruktif yaitu positive problem solving yang terdiri dari kompromi dan negosiasi. Kompromi adalah suatu bentuk akomodasi dimana pihak-pihak yang terlibat mengurangi tuntutannya agar tercapai suatu penyelesaian terhadap perselisihan yang ada. Sikap dasar untuk melaksanakan kompromi adalah bahwa salah satu pihak bersedia untuk merasakan dan memahami keadaan pihak lainnya dan sebaliknya. Sedangkan negosiasi yaitu suatu cara untuk menetapkan keputusan yang dapat disepakati dan diterima oleh dua pihak dan menyetujui apa dan bagaimana tindakan yang akan dilakukan di masa mendatang</p>	<p>1. Apakah di kelas sering terjadi konflik antar siswa atau kelompok siswa? Bagaimana cara mengatasi konflik yang terjadi?</p> <p>2. Apakah yang melatarbekalangi terjadinya konflik di kelas?</p>
5	Penyesuaian di lingkungan	Penyesuaian sosial adalah Suatu proses dinamik terus menerus yang bertujuan untuk mengubah kelakuan guna mendapatkan hubungan yang	<p>1. Penyesuaian Pribadi merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Dia mampu menyadari siapa dirinya yang sebenarnya, kelebihan</p>	<p>1. Bagaimana cara siswa menyesuaikan diri dengan lingkungan kelas dan sekolah? Adakah upaya dari wali kelas atau sekolah untuk membantu siswa menyesuaikan diri terhadap lingkungan?</p>

		<p>lebih serasi antara diri dan lingkungan (Fahmi, 1977:24)</p>	<p>dan kekuranganya dan mampu bertindak secara obyektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Penyesuaian ini dikatakan berhasil apabila tidak adanya rasa benci, kecewa dan adanya rasa tanggung jawab. Tidak pernah mengeluh, cemas, khawatir atau kegoncangan dalam dirinya.</p> <p>2. Penyesuaian Sosial. Karena setiap individu hidup di masyarakat, maka dia harus mampu menyesuaikan diri dengan sekitarnya. Dalam masyarakat tersebut terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain. Maka akan lahir suatu kebudayaan, aturan, hukum, dan nilai-nilai yang berlaku, yang harus dipatuhi bersama dan untuk tujuan bersama pula. Penyesuaian sosial berarti merupakan hubungan antara individu dengan lingkungan tempat tinggalnya, keluarga, teman dan masyarakat luas pada umumnya.</p>	<p>2. Bagaimana siswa beradaptasi dengan temannya satu kelas? Bagaimana cara siswa beradaptasi dengan teman yang berbeda kelas? Berapa lama siswa dapat mengenal kelas?</p>
--	--	---	--	---

D. Pedoman Wawancara (Untuk Siswa)

N o.	Tujuan	Aspek	Deskripsi	Indikator	Item
1	Untuk mengetahui permasalahan sosial yang dialami oleh siswa	Interaksi	Interaksi sosial merupakan hubungan-hubungan antar individu, individu (seseorang) dengan kelompok, dan kelompok dengan kelompok.	a. Jenis kelamin b. Usia c. Latar belakang d. Hobi e. Penyesuaian diri	<p>1. Apakah kamu termasuk orang yang mudah berinteraksi dengan orang lain? Dalam keadaan seperti apa?</p> <p>2. Apakah kamu mudah berinteraksi dengan lawan jenis? Dalam situasi seperti apa dan faktor apa yang mempengaruhimu?</p>
		Komunikasi	Komunikasi berarti menyebarkan atau memberitahukan informasi kepada pihak lain guna mendapatkan pengertian yang sama.	a. Pemahaman b. Kesenangan c. Hubungan yang makin baik d. Tindakan komunikasi	<p>1. Apakah kamu lebih suka mendominasi saat berkomunikasi dengan orang lain? Mengapa demikian?</p> <p>2. Hal-hal apa saja yang membuat kamu senang dalam berkomunikasi?</p>
		Relationship	Relationship merupakan kesinambungan <u>interaksi</u> antara <u>dua orang</u> atau lebih yang	a. Hubungan dengan keluarga	<p>1. Ketika kamu ada masalah, kamu lebih suka bercerita kepada keluarga atau teman? Mengapa demikian?</p> <p>2. Apakah kamu mempunyai kelompok bermain atau geng? Apa alasannya?</p>

		<p>memudahkan proses pengenalan satu akan yang lain.</p>	<ul style="list-style-type: none"> b. Hubungan dengan teman c. Hubungan dengan lingkungan sekitar d. Hubungan dengan kelompok bermain 	
	Manajemen konflik	<p><u>Manajemen konflik</u> merupakan serangkaian aksi dan reaksi antara pelaku maupun pihak luar dalam suatu konflik. Manajemen konflik termasuk pada suatu pendekatan yang berorientasi pada proses yang mengarahkan pada bentuk komunikasi (termasuk tingkah laku) dari pelaku maupun pihak luar dan bagaimana mereka mempengaruhi kepentingan (interest) dan interpretasi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> a. Ketidaksetujuan b. Persaingan c. Keadaan atau perilaku yang bertentangan d. Pengambilan keputusan e. Pola komunikasi (termasuk perilaku) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apabila di dalam kelas sedang berdiskusi, kamu lebih sering berbeda pendapat atau langsung menyetujuinya? Mengapa demikian? 2. Bagaimana sikapmu apabila diatur oleh orang lain, baik itu orangtua maupun oleh temanmu?
	Penyesuaian dengan lingkungan	<p>Penyesuaian adalah usaha seseorang untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungannya.</p>	<ul style="list-style-type: none"> a. Kondisi fisik b. Adaptasi dengan lingkungan c. Latar belakang (budaya, agama, ras dan lain-lain) a. Reaksi bertahan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah kamu lebih cepat menyesuaikan diri dengan lingkungan? Jika iya, faktor apa yang mendukung dan jika tidak faktor apa yang menghambat? 2. Bagaimana kamu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang didominasi dengan lawan jenis?



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL
SMA NEGERI 1 SRANDAKAN



BIMBINGAN KELOMPOK

HARI, TANGGAL : Kamis, 18 Agustus 2016

MASALAH/TOPIK : Kelanjutan Studi/ Pemilihan Universitas

NAMA KLIEN :

Nama	Cita-Cita	Hal-Hal Yang Menghambat Cita-Cita	Paraf
Hani Rafika Putri	Guru	Karena Biaya	
Elin Tanama	Penulis	Kurangnya fasilitas	

KELAS : XII IPA 1

METODE : Diskusi dan Wawancara

PROSES PERSIAPAN:

1. Siswa mencari tempat yang nyaman di luar ruangan dan duduk
2. Siswa mengisi identitas dan permaalah yang di hadapi

PROSES PELAKSANAAN:

TAHAP AWAL

1. Guru Bk membuka kegiatan bimbingan kelompok
2. Guru BK meminta salah satu siswa untuk memimpin doa
3. Guru BK menjelaskan tujuan konseling
4. Guru BK menjelaskan peraturan bimbingan kelompok
5. Melakukan perkenalan dan ramah tamah

TAHAP INTI

1. Guru BK mempersiapkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
2. Guru BK memilih masalah/menetapkan masalah yang di bahas terlebih dahulu
3. Membahas masalah

TAHAP PENUTUP

1. Menjelaskan bahwa tahap bimbingan kelompok akan diakhiri
2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dankemajuan yang dicapai masing-masing
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Ucapan termikasih
5. Berdoa dan menutup kegiatan

HASIL:

1. Hani Rafika Putri memutuskan untuk kuliah di perguruan tinggi negeri dan berusaha sekutu tenaga untuk mendapatkan beasiswa, mencari informasi beasiswa dari sekarang, mepersiapkan syarat-syarat dan belajar lebih giat.
2. Elin Tanama memutuskan untuk kuliah mengambil jurusan kepenulisan untuk mengembangkan bakat dan minatnya di bidang tulis menulis. Walaupun kekurangan fasilitas ia tetap akan memperjuangkan dunia kepenulisan dan ingin kuliah.

EVALUASI:

1. Kegiatan perlu dilakukan secara lebih mendalam
2. Durasi waktu kurang banyak

TINDAK LANJUT:

1. Pendampingan siswa
2. Layanan informasi
3. Motivas

Mengetahui

Guru pembimbing BK

Tris Sutikna S.Pd
195809171986021004

BANTU.....

Mahasiswa BK

Filastri Kurniasari
13104241040



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL
SMA NEGERI 1 SRANDAKAN



BIMBINGAN KELOMPOK

HARI, TANGGAL : Senin, 29 Agustus 2016

MASALAH/TOPIK : Belajar (Malas Belajar)

NAMA KLIEN :

Nama	Cita-Cita	Hal-Hal Yang Menghambat Cita-Cita	Paraf
Tri Wulansari	CHEFF	Malas Menulis Materi pelajaran	
Uchi Dati Pratita	CHEFF	Malas memperhatikan guru mengajar	

KELAS : X.5

METODE : Tanya Jawab

PROSES PERSIAPAN:

1. Siswa memilih tempat bimbingan di labolatorium biologi (base camp PPL)
2. Siswa mengisi identitas dan permaalah yang di hadapi

PROSES PELAKSANAAN:

TAHAP AWAL

1. Guru Bk membuka kegiatan bimbingan kelompok
2. Guru BK meminta salah satu siswa untuk memimpin doa
3. Guru BK menjelaskan tujuan konseling
4. Guru BK menjelaskan peraturan bimbingan kelompok
5. Melakukan perkenalan dan ramah tamah

TAHAP INTI

1. Guru BK mempersiapkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
2. Guru BK memilih masalah/menetapkan masalah yang di bahas terlebih dahulu
3. Membahas masalah

TAHAP PENUTUP

1. Menjelaskan bahwa tahap bimbingan kelompok akan diakhiri
2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dankemajuan yang dicapai masing-masing
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Ucapan termikasih
5. Berdoa dan menutup kegiatan

HASIL:

1. Tri Wulansari merencanakan untuk menulis materi dengan cara menyingkatnya agar tidak ketinggalan materi dan tidak capek dalam menulis.
2. Uchi Dati Pratita bersedia untuk mencoba menghargai guru saat mengajar demi tercapainya karir yang ia inginkan yaitu sebagai cheff yang professional maka ia harus belajar professional menjadi pelajar.

EVALUASI:

1. Kegiatan perlu dilakukan secara lebih mendalam
2. Durasi waktu kurang banyak

TINDAK LANJUT:

1. Pendampingan siswa
2. Layanan informasi
3. Motivas

Mengetahui

Guru pembimbing BK

Tris Sutikna S.Pd
195809171986021004

BANTU.....

Mahasiswa BK

Filastri Kurniasari
13104241040



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL
SMA NEGERI 1 SRANDAKAN



BIMBINGAN KELOMPOK

HARI, TANGGAL : Kamis, 25 Agustus 2016

MASALAH/TOPIK : Belajar (Malas Belajar)

NAMA KLIEN :

Nama	Cita-Cita	Hal-Hal Yang Menghambat Cita-Cita	Paraf
Dewi Anggraeni	Guru	Biaya	
Beti Uira Sati	Guru & penyanyi	Orang tua/Biaya	
Galuh Kusuma N	Akuntan	Orang tua	
Deti Novianti	Guru	Biaya	

KELAS : XI IPA 1

METODE : Diskusi

PROSES PERSIAPAN:

1. Siswa memilih tempat di depan labolatorium fisika
2. Siswa mengisi identitas dan permaalah yang di hadapi

PROSES PELAKSANAAN:

TAHAP AWAL

1. Guru BK membuka kegiatan bimbingan kelompok
2. Guru BK meminta salah satu siswa untuk memimpin doa
3. Guru BK menjelaskan tujuan konseling
4. Guru BK menjelaskan peraturan bimbingan kelompok
5. Melakukan perkenalan dan ramah tamah

TAHAP INTI

1. Guru BK mempersiapkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
2. Guru BK memilih masalah/menetapkan masalah yang di bahas terlebih dahulu
3. Membahas masalah

TAHAP PENUTUP

1. Menjelaskan bahwa tahap bimbingan kelompok akan diakhiri
2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dankemajuan yang dicapai masing-masing
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Ucapan termikasih
5. Berdoa dan menutup kegiatan

HASIL

1. Dewi Anggraeni memutuskan untuk mengejar cita-citanya menjadi guru dengan mengambil kuliah di UNY dan mencari beasiswa untuk memperkecil biaya
2. Beti Uira Sati memutuskan untuk mengikuti apa yang menjadi kemauna orang tua dan yakin bahwa apa yang dipilihkan orang tua adalah yang terbaik. Karena orang tua yang akan mebiayai semua kebutuhan studinya.
3. Galuh Kusuma N memutuskan untuk bernegosiasi dengan orang tua agar memahami bahwa ia menginginkan pilihan yang akan dipilihnya dan meyakinkan orang tua bahwa ia mampu bertanggung jawab dengan keputusan yang ia ambil
4. Deti Novianti memutuskan untuk kuliah sambil bekerja untuk mengurangi beban orang tua dalam membiayai kuliah dan tetap ingin menjai guru

EVALUASI:

1. Kegiatan perlu dilakukan secara lebih mendalam
2. Durasi waktu kurang banyak

TINDAK LANJUT:

1. Pendampingan siswa
2. Layanan informasi
3. Motivasi

Mengetahui

Guru pembimbing BK

Tris Sutikna S.Pd
195809171986021004

BANTU.....

Mahasiswa BK

Filastri Kurniasari
13104241040



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL
SMA NEGERI 1 SRANDAKAN



BIMBINGAN KELOMPOK

HARI, TANGGAL : Selasa, 31 Agustus 2016

MASALAH/TOPIK : Belajar (Malas Belajar)

NAMA KLIEN :

Nama	Cita-Cita	Hal-Hal Yang Menghambat Cita-Cita	Paraf
Daffa Adyatma	Dokter	Belajar	
Sutantriyani	Tentara	Kemampuan	

KELAS : X.5

METODE : Diskusi

PROSES PERSIAPAN:

1. Siswa memilih tempat di depan labolatorium biologi
2. Siswa mengisi identitas dan permaalah yang di hadapi

PROSES PELAKSANAAN:

TAHAP AWAL

1. Guru BK membuka kegiatan bimbingan kelompok
2. Guru BK meminta salah satu siswa untuk memimpin doa
3. Guru BK menjelaskan tujuan konseling
4. Guru BK menjelaskan peraturan bimbingan kelompok
5. Melakukan perkenalan dan ramah tamah

TAHAP INTI

1. Guru BK mempersiapkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
2. Guru BK memilih masalah/menetapkan masalah yang di bahas terlebih dahulu
3. Membahas masalah

TAHAP PENUTUP:

1. Menjelaskan bahwa tahap bimbingan kelompok akan diakhiri
2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dankemajuan yang dicapai masing-masing
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Ucapan termikasih
5. Berdoa dan menutup kegiatan

HASIL:

1. Daffa Adyatma memutuskan untuk meperjuangkan cita-citanya menjadi dokter dengan cara menabung dari sekarang melalui kerja part time mulai dari sekarang (jika memungkinkan) dan giat belajar untuk bisa masuk jurusan IPA di kelas XI nanti dan bisa masuk Kedokteran UGM.
2. Sutantriyan memutuskan untuk mempersiapkan kondisi fisik, psikologis dari sekarang dengan rajin berolahraga dan rajin belajar.

EVALUASI:

1. Kegiatan perlu dilakukan secara lebih mendalam
2. Durasi waktu kurang banyak

TINDAK LANJUT:

1. Pendampingan siswa
2. Layanan informasi
3. Motivas

Mengetahui

Guru pembimbing BK

Tris Sutikna S.Pd
195809171986021004

BANTU.....

Mahasiswa BK

Filastri Kurniasari
13104241040



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NONFORMAL
SMA NEGERI 1 SRANDAKAN



BIMBINGAN KELOMPOK

HARI, TANGGAL : Rabu, 1 September 2016

MASALAH/TOPIK : Karir

NAMA KLIEN :

Nama	Cita-Cita	Hal-Hal Yang Menghambat Cita-Cita	Paraf
Yunita Indah S	Kowat	Masih Ragu	
Riyang Dwi Cahyani	Kowat	Orang ketiga	
Lussy Dyah Apsari	Perawat/Dosen	Ekonomi	

KELAS : XII IPA 2

METODE : Diskusi

PROSES PERSIAPAN:

1. Siswa memilih tempat di hall
2. Siswa mengisi identitas dan permaalah yang di hadapi

PROSES PELAKSANAAN:

TAHAP AWAL

1. Guru BK membuka kegiatan bimbingan kelompok
2. Guru BK meminta salah satu siswa untuk memimpin doa
3. Guru BK menjelaskan tujuan konseling
4. Guru BK menjelaskan peraturan bimbingan kelompok
5. Melakukan perkenalan dan ramah tamah

TAHAP INTI

1. Guru BK mempersiapkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian
2. Guru BK memilih masalah/menetapkan masalah yang di bahas terlebih dahulu
3. Membahas masalah

TAHAP PENUTUP

1. Menjelaskan bahwa tahap bimbingan kelompok akan diakhiri
2. Anggota kelompok mengemukakan kesan dankemajuan yang dicapai masing-masing
3. Membahas kegiatan lanjutan
4. Ucapan termikasih
5. Berdoa dan menutup kegiatan

HASIL:

1. Yunita Indah S memutuskan untuk mendaftar kowat terlebih dahulu dan mengikuti proses-prosesnya dan mendaftar kuliah jalur SNMPTN yang tidak memerlukan kehadiran fisiika saat mendaftar kuliah.
2. Riyang Dwi Cahyani memutuskan untuk memperkuat niat dan membentengi diri dari pengaruh orang ketiga dan meyakinkan diri bahwa masa depannya ditentukan oleh dirinya sendiri bukan orang lain.
3. Lussy Dyah Apsari memutuskan untuk mendaftar kuliah lewat jalur SNMPTN karena sudah punya modal nilai rapor yang bagus dan mendaftar bidikmisi.

EVALUASI:

1. Kegiatan perlu dilakukan secara lebih mendalam
2. Durasi waktu kurang banyak

TINDAK LANJUT:

1. Pendampingan siswa
2. Layanan informasi
3. Motivas

Mengetahui

Guru pembimbing BK

Tris Sutikna S.Pd
195809171986021004

BANTU.....

Mahasiswa BK

Filastri Kurniasari
13104241040

DOKUMENTASI

Pembuatan Papan Bimbingan



Pengenalan Linkungan Sekolah



HUT SMA Negeri 1 Srandakan



Bimbingan Klasikal





KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/LEMBAGA
 PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
 LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
 TAHUN

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah/ Lembaga : SMA N 1 SRANDAKAN
 Alamat Sekolah/ Lembaga : Jln. PANDAN SIMO IND. I Fax./ Telp. Sekolah/Lembaga :
 Nama DPL PPL/ Magang III : Dr. Muhammad Nur Wangid M.Si
 Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : BIMBINGAN DAN KONSELING / FIP /
 Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 2 (DUA)

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL/ Magang III
1.	22 Juli	2	Pengantar Psiger		✓
2.	26 Agustus	2	Relaksasi Kegiatan Olahraga		✓
3.	9 Sept	2	Pembelajaran		✓
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

PERHATIAN :

- Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL/ Magang III (1 kartu untuk 1 prodi).
- Kartu bimbingan PPL/Magang III ini harus diisi materi bimbingan dan diminta tanda tangan dari DPL PPL/Magang III setiap kali bimbingan di lokasi.
- Kartu bimbingan PPL/Magang III ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL/Magang III untuk keperluan administrasi.



Srandakan 28 September 2016
 Mhs PPL/ Magang III Prodi ... BK

Filarstri Kurniasari
 13104291090

Khairunnisa
 13104291067