

LAPORAN INDIVIDU

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

MAN YOGYAKARTA 1

Dosen Pembimbing Lapangan PPL : Isti Wahyuni Purwanti, M.Pd



Disusun oleh :

Angga Bagus Dharmawan

13104241025

BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

HALAMAN PENGESAHAN

Setelah mendapatkan pengarahan dan bimbingan, maka laporan PPL individu yang disusun oleh :

Nama : Angga Bagus Dharmawan

NIM : 13104241025

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Diajukan sebagai hasil akhir dari pelaksanaan program PPL Universitas Negeri Yogyakarta di MAN Yogyakarta 1 dari tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Demikian pengesahan ini saya berikan semoga dapat dipertanggungjawabkan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 15 September 2016

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing Lapangan

Isti Yuni Purwanti, M.Pd

NIP. 197806222005012001

Drs. R. Khamdan Jauhari

NIP. 196507022005011002

Mengetahui,

PLt. Kepala Madrasah

Koordinator PPL Madrasah



Dra. Wahidatul Mukarrohmah, M.Pd.I

NIP. 196908071994032002

PERSEMBAHAN

Laporan Praktek Pengalaman Lapangan Bimbingan dan Konseling (PPL BK) 2016 ini, penulis persembahkan kepada :

1. Bapak, Ibu dan keluarga saya yang saya banggakan
2. Almamater Universitas Negeri Yogyakarta, Fakultas Ilmu Pendidikan, terutama untuk program Studi Bimbingan dan Konseling
3. Guru BK di MAN Yogyakarta 1, Bapak Drs. R Khamdan Jauhari, Isni Lestari, S.Pd, Farah Husna, Si, M.Pd dan Staff administrasi BK Nuryo Handoko
4. MAN Yogyakarta 1
5. Teman-teman PPL 2016 di MAN Yogyakarta 1 baik dari UNY, UIN dan UII.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat, kesabaran dan ketekunan sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di MAN Yogyakarta 1 sebagai wujud pertanggung jawaban pelaksanaan kegiatan dengan baik.

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan sebuah program wajib bagi mahasiswa jenjang S1 kependidikan di Universitas Negeri Yogyakarta untuk mengimplementasikan ilmu yang telah didapatkan dalam perkuliahan kepada siswa di sekolah. Selain itu, program PPL diharapkan mampu memberikan pengalaman kepada mahasiswa tentang bagaimana menjadi seorang pendidik.

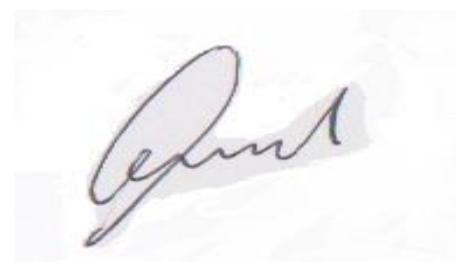
Penulis menyadari bahwa keberhasilan program PPL ini tak lepas dari dukungan berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa.
2. Orang tua yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi dalam menyelesaikan segala tugas.
3. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd. M.A, selaku Rektor UNY.
4. Ketua jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP UNY.
5. Dosen Pembimbing PPL yaitu ibu Isti Wahyuni Purnami, M.Pd yang telah membimbing PPL dari persiapan sampai selesaiya kegiatan PPL.
6. Mimin Nur Aisyah, M.Sc, Ak, selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah memberikan motivasi.
7. Singgih Sampurno, S.pd, MA, selaku PLt Kepala Madrasah MAN Yogyakarta 1.
8. Dra. Wahidatul Mukarrohmah, M.Pd.I, selaku koordinator PPL di MAN Yogyakarta 1 yang telah memberikan bimbingan dan arahan pada kami.
9. Drs. R. Khamdan Jauhari, selaku Koordinator BK dan Guru Pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan dalam kegiatan di BK selama PPL.
10. Isni Lestari, S.Pd, selaku Guru Bimbingan dan Konseling yang telah membantu, membimbing dan mengarahkan kegiatan di BK selama PPL.
11. Farah Husna, M.Pd, selaku Guru BK yang telah membantu membimbing dan mengarahkan kegiatan di BK.

12. Staff administrasi BK yang selalu membantu.
13. Seluruh Guru dan Karyawan, yang telah mendukung dan membantu selama proses pelaksanaan PPL.
14. Siswa-siswi MAN Yogyakarta 1 yang telah membantu dan mendukung selama pelaksanaan PPL.
15. Rekan-rekan mahasiswa PPL UNY, UIN, serta UII yang telah berjuang bersama selama pelaksanaan PPL.

Penyusun menyadari bahwa dalam pelaksanaan PPL ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penyusun mohon maaf kepada semua pihak bila terdapat kesalahan-kesalahan baik yang disengaja maupun yang tidak disengaja. Saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan agar kegiatan selanjutnya menjadi lebih baik lagi. Semoga laporan ini dapat bermanfaat. Amin.

Yogyakarta, 15 September 2016



Angga Bagus Dharmawan

NIM. 13104241025

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	i
PERSEMBERAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
ABSTRAK	vi
BAB I PENDAHULUAN	
1. Alasan Praktik.....	1
2. Tujuan Praktik	1
3. Tempat dan Subyek Praktik.....	1
4. Materi Praktik.....	2
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, ANALISIS HASIL DAN HAMBATAN	
A. PERSIAPAN	3
B. PELAKSANAAN PPL	3
a. Praktik Persekolahan	3
b. Sejarah Singkat MAN Yogyakarta 1	6
c. Struktur Organisasi BK MAN Yogyakarta 1.....	7
d. Sarana dan Prasarana BK.....	8
e. Administrasi BK MAN yogyakarta 1.....	9
f. Praktik BK di Sekolah.....	11
C. ANALISIS HASIL	23
D. HAMBATAN DAN SOLUSI.....	23
BAB III PENUTUP	
A. KESIMPULAN	26
B. SARAN	27
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN.....	30

Praktik Pengalaman Lapangan

Universitas Negeri Yogyakarta

Semester Khusus Tahun Ajaran 2016/2017

ABSTRAK

Oleh : Angga Bagus Dharmawan

NIM 13104241025

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa strata 1 kependidikan untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta. Program PPL bertujuan untuk memberikan pengalaman bagi mahasiswa tentang dunia pendidikan secara nyata sehingga nantinya diharapkan dapat menjadi tenaga pendidik yang profesional di bidangnya. Program PPL di MAN Yogyakarta 1 yang beralamat di Jalan C. Simanjuntak Timur No 60, Kelurahan Terban, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta dimulai pada tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan tanggal 15 September 2016.

Secara garis besar, pelaksanaan program PPL di MAN Yogyakarta 1 berjalan dengan lancar tanpa menjalani halangan yang cukup berarti. Manfaat yang dapat diambil dari pelaksanaan program PPL ini antara lain mahasiswa mendapatkan pengalaman dan keterampilan dalam mengajar secara riil di sekolah. Selain itu, mahasiswa juga mengerti cara berpikir dan bekerja secara disiplin baik dalam kegiatan pembelajaran maupun dalam memecahkan permasalahan-permasalahan yang muncul dalam dunia pendidikan.

Program Praktik Pengalaman Lapangan telah memberikan pengetahuan, pengalaman, disiplin, dan tanggung jawab sebagai seorang pendidik terhadap pengelolaan proses pendidikan. Program PPL sangat efektif untuk membekali mahasiswa kependidikan untuk menjadi tenaga pendidik yang profesional.

Kata kunci : PPL, Pendidikan, Pembelajaran, Praktik Mengajar

BAB I

PENDAHULUAN

A. Alasan Praktik Pengalaman Lapangan

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 yang profesional. Program studi Bimbingan dan Konseling mempunyai tugas menyiapkan dan menghasilkan guru pembimbing yang memiliki nilai dan sikap serta pengetahuan dan keterampilan yang profesional dan mempunyai karakter yang bisa membimbing siswa dengan baik. Dengan adanya Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), dapat menjadikan dasar sebagai guru yang profesional dan menjadi acuan untuk bisa terampil.

B. Tujuan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)

Praktik bimbingan dan konseling di sekolah dimaksudkan agar mahasiswa dapat mempraktikkan teori yang diperoleh selama kuliah, sehingga memperoleh ketrampilan khusus sesuai dengan keahlian dalam profesi bimbingan dan konseling. Dengan kata lain, praktik bimbingan dan konseling memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk menunjukkan semua kompetensi yang telah dimiliki dibawah arahan guru dan dosen pembimbing. Agar nantinya mahasiswa dapat mendapat pengalaman-pengalaman yang ada di lapangan dengan baik.

C. Tempat dan Subyek Praktik

Tempat Praktik

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan di MAN Yogyakarta 1 yang beralamat di jalan C. Simanjutak No. 60, Yogyakarta.

Subyek Praktik

Praktikan mengampu kelas X sebanyak 8 kelas yaitu IPA 1-3, IPS 1-3, Agama, dan Bahasa. Pelaksana dalam PPL sebagai penyusun laporan ini adalah mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : Angga Bagus Dharmawan

NIM : 13104241025

D. Materi Praktik Pengalaman Lapangan

1. Praktik Persekolahan

- a. Orientasi sekolah
 - 1) Fisik : letak dan kondisi fisik sekolah, visi misi sekolah, struktur organisasi BK sekolah, sarana dan prasarana BK
 - 2) Non fisik : piket perpustakaan, piket guru, piket salaman, pendampingan persiapan HUT RI ke 70 tahun

2. Praktik Layanan BK di Sekolah

- a. Layanan Administrasi BK
 - 1) Data Pribadi
 - 2) Program Tahunan, semesteran dan bulanan
 - 3) Absensi Siswa
- b. Layanan Dasar
 - 1) Layanan bimbingan klasikal (4 bidang bimbingan)
 - (a) Bidang bimbingan pribadi :Upaya Mengenali Potensi Diri
 - (b) Bidang bimbingan sosial
 - (c) Bidang bimbingan belajar :Tips Belajar Efektif dan Belajar Konsentrasi
 - (d) Bidang bimbingan karir
- c. Layanan informasi (media)
 - 1) Poster tentang
 - 2) Brosur/Leaflet tentang
 - Kelas X tentang Tips-tips Belajar Efektif
 - Kelas XI tentang Bahaya Sex Bebas
 - Kelas XII tentang Tips Masuk Perguruan Tinggi Negeri
- d. Bimbingan Kelompok
- e. Layanan Responsif
 - 1) Konseling individual (2 konseli)
 - 2) Konseling kelompok
- f. Pengumpulan Data
 - 1) IKMS (Identifikasi Masalah Siswa)
 - 2) Sosiometri

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, ANALISIS DAN HAMBATAN

A. PERSIAPAN

Sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), mahasiswa melakukan observasi tanpa melakukan kegiatan pembelajaran satu bulan sebelum tanggal 15 Juli 2016. Sebelum melakukan observasi, terlebih dahulu mahasiswa PPL diberi pembekalan terkait pelaksanaan dan observasi PPL tahun 2016. Pembekalan Praktik Pengalaman Lapangan merupakan syarat wajib bagi mahasiswa untuk dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan. Dengan mengikuti pembekalan diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan dengan hasil yang baik.

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

B. PELAKSANAAN

a. Praktik Persekolahan

Letak dan kondisi fisik sekolah

MAN 1 Yogyakarta terletak di Jl. C. Simanjuntak no. 60 Yogyakarta, termasuk dalam wilayah RT. 01/ RW. IV Kelurahan Terban. Lokasi sekolah ini cukup strategis karena berada tepat di tepi jalan raya dan mudah dijangkau menggunakan berbagai alat transportasi. Secara geografis, MAN 1 Yogyakarta berada di lingkungan perkotaan dengan batas-batas wilayah sebagai berikut:

- a. Sebelah utara berbatasan dengan Jl. Sekip UGM

- b. Sebelah timur berbatasan dengan Jl. C. Simanjuntak dan Mirota Kampus
- c. Sebelah selatan berbatasan dengan Jl. Kampung Terban
- d. Sebelah barat berbatasan dengan Fakultas Ilmu Sosial dan Politik UGM

Kegiatan PPL di MAN Yogyakarta 1 dimulai dengan melakukan observasi ke sekolah. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kondisi lingkungan madrasah, mencari data dan informasi tentang hal-hal yang berkaitan sebagai gambaran perumusan program kerja yang dapat dilakukan di MAN Yogyakarta 1 Berikut adalah data hasil observasi yang dilakukan oleh tim PPL UNY:

1. Ruang Kelas

Ruang kelas di MAN Yogyakarta 1 terdiri dari 23 ruangan dengan perincian: 8 ruang kelas X (X MIA 1 – X MIA 3, X IIS 1 – X IIS 3, X IBB, X IIK). 8 ruang kelas XI terdiri dari 3 ruang kelas XI IPA (MIA1-MIA3), 3 ruang kelas XI IIS (IIS1– IIS3), 1 ruang kelas XI IBB, dan 1 ruang kelas XI IIK. 8 ruang kelas XII terdiri dari 3 ruang kelas XII IPA (A1-A3), 3 ruang kelas XII IPS (S1-S3), 1 ruang kelas XII Bahasa, dan 1 ruang kelas XII Agama.

2. Ruang Laboratorium

MAN Yogyakarta 1 memiliki 7 ruang laboratorium, yakni: Laboratorium Komputer dengan sistem LAN terletak disebelah selatan asrama putra. Laboratorium Biologi terletak dilantai dua tepat diatas laboratorium komputer. Laboratorium Kimia terletak di bagian belakang koperasi yang bersebelahan dengan laboratorium computer dan asrama. Laboratorium Fisika terletak dilantai dua bersebelahan dengan perpustakaan. Laboratorium Agama terletak dibagian belakang, bersebelahan dengan ruang BK. Laboratorium IPS yang terletak dilantai 2, berhadapan langsung dengan aula atas. Laboratorium Bahasa terletak bersebelahan dengan perpustakaan.

3. Ruang Aula

Terdiri dari aula bawah dan aula atas dilantai 2. Aula bawah terdapat beberapa kursi dan meja yang biasanya digunakan sebagai tempat penerima tamu serta etalase piala dan trophy yang diletakkan dalam lemari. Untuk ruangan aula atas biasanya digunakan sebagai tempat pertemuan, kegiatan siswa dan guru, kegiatan penerimaan siswa baru, kegiatan ekstrakurikuler dan lain-lain.

4. Ruang Tata Usaha

Terletak disebelah di dekat ruang kepala madrasah dan aula bawah.Ruangan ini terdiri dari ruang kerja staf tata usaha dan ruang kepala tata usaha.

5. Ruang Kepala Madrasah

Terletak diantara ruangan tata usaha dan ruang wakil kepala madrasah.

6. Ruang Wakil Madrasah

Terletak disebelah selatan ruang tata usaha.Dilengkapi dengan beberapa personal komputer, dan meja dan kursi untuk menerima tamu.

7. Ruang Guru

Ruang guru terdiri dari dua ruangan yakni ruang guru untuk rumpun MIPATIK dan Bahasa terletak disebelah utara aula bawah, dan ruang guru untuk rumpun Agama dan IPS letaknya disebelah barat aula bawah.

8. Ruang Bimbingan Konseling (BK)

Terletak dibagian belakang kamar mandi dan tempat parkir, sebagian ruang asrama dan di pojok perpus sama laboratorium.

9. Ruang Perpustakaan

Terletak disebelah utara ruang BK. Perpustakaan terdiri dari 2 ruangan yakni dilantai bawah dan lantai atas.Pada lantai bawah terdapat beberapa rak buku yang berisi buku pelajaran ilmu IPA, IPS, Bahasa, Agama, kitab-kitab, buku-buku cerita fiksi dan nonfiksi seperti novel, biografi dan lain-lain.Terdapat juga beberapa meja dan kursi, 2 buah PC, serta tempat bagian administrasi perpustakaan.Di lantai atas terdapat beberapa rak buku berisi majalah, buku-buku pelajaran, kamus, kitab-kitab dan lain-lain.

10. Asrama

Terletak dibagian belakang sebelah selatan perpustakaan.Asrama sekaligus pondok pesantren putra Al-Hakim ini digunakan sebagai tempat tinggal bagi siswa kelas X-XII.

11. Koperasi

Terletak di dekat ruang kelas XI IPA 1.Selain menyediakan jasa fotocopy, juga menyediakan alat tulis dan buku serta makanan ringan.

12. Masjid Al-Hakim

Terletak disebelah ruang perpustakaan, yang terdiri dari lantai atas dan bawah.Ruang di lantai bawah biasanya digunakan untuk jamaah

wanita, sedangkan ruang lantai atas untuk jamaah pria. Dilengkapi dengan fasilitas lemari untuk tempat mukena.

13. Ruang Ekstrakulikuler

Organisasi ekstrakulikuler yang ada di MAN 1 Yogyakarta hampir semuanya memiliki ruang atau base camp yang terletak dibagian paling depan, sebelah utara gerbang utama. Beberapa ekstrakulikuler yang memiliki base camp diantaranya adalah KIR, Pramuka, Tonti, PMR, Rohis dan lain-lain.

14. Ruang OSIS

Ruang OSIS disediakan dan merupakan fasilitas sekolah untuk kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan dan berhubungan OSIS. Letaknya berada di antara deretan ruang ekstrakurikuler, di bagian depan madrasah.

15. Ruang UKS

Ruang UKS berada diantara deretan ruang ekstrakulikuler. Ruang UKS terdiri atas dua ruangan yang terpisah yakni ruang UKS putra dan ruang UKS putri. Ruangan UKS dilengkapi dengan tempat tidur, meja dan kursi untuk dokter jaga, lemari obat, kipas angin, dan timbangan.

16. Kantin

Kantin terletak dibagian belakang perpustakaan.

17. Ruang Bank Mini dan Ruang Bank Mandiri Syari'ah

Terletak didekat gerbang utama.

b. Sejarah Singkat MAN 1 Yogyakarta

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Yogyakarta 1 berlokasi di Jl. C. Simanjuntak 60 Yogyakarta Telp.(0274) 513327. Bangunan MAN Yogyakarta 1 dulunya adalah merupakan bangunan untuk PHIN (Pendidikan Hakim Islam Negeri). Perjalanan MAN Yogyakarta 1 dimulai pada tahun 1950. Sejarah singkat:

- 1950 – 1951 : SGHA (Sekolah Guru Hakim Agama) secara de facto
- 1951 – 1954 : SGHA (Sekolah Guru Hakim Agama) secara de jure)
- 1954 – 1978 : PHIN (Pendidikan Hakim Islam Negeri)
- 1978 – sekarang : MAN Yogyakarta 1 Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Yogyakarta 1 merupakan SMU berciri khas agama islam sesuai dengan surat keputusan MENDIK BUD Nomor 0489/U/1992, sekaligus sebagai rintisan madrasah unggulan di Yogyakarta.

Visi MAN Yogyakarta 1

"Unggul, Ilmiah, Amaliyah, Ibadah, dan Bertanggung jawab (ULILALBAB)."

Misi MAN Yogyakarta 1

- 1) Menumbuhkan dan meningkatkan keimanan, ketaqwaan dan ibadah serta akhlakul karimah menjadipedoman hidup.
- 2) Menumbuhkembangkan nilai sosial dan budaya bangsa sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak.
- 3) Melaksanakan proses pendidikan dan pengajaran secara efektif danefisien agar siswa dapat berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimiliki.
- 4) Meningkatkan pembelajaran terhadap siswa melalui pendidikan yang berkarakter unggul, berbudaya, aktif, inovatif, kreatif dan menyenangkan.
- 5) Menumbuhkan semangat juang menjadiyang terbaik kepada siswa dalam bidang akademik dan non akademik.
- 6) Mempersiapkan dan menfasilitasi siswa untuk studi lanjut ke perguruan tinggi.
- 7) Menumbuhkan rasa tanggung jawab dalam berkehidupan di masyarakat dan pelestarian lingkungan.

c. Struktur Organisasi Bimbingan dan Konseling MAN Yogyakarta

1

Bimbingan dan Konseling di MAN Yogyakarta 1 tahun 1978, hal ini di latar belakangi karena banyaknya permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh siswa. Adanya bimbingan konseling di MAN Yogyakarta 1 bertujuan untuk membantu perkembangan siswa secara optimal. Selain itu, adanya layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa agar dapat mencapai tujuan-tujuan perkembangan yang meliputi aspek pribadi-sosial, pendidikan dan karir.

Dalam pelaksanaannya, bimbingan dan konseling yang ada di MAN Yogyakarta 1 memiliki system pengorganisasian kegiatan. Sistem pengorganisasian kegiatan ini merupakan bentuk kegiatan yang mengatur cara kerja, prosedur kerja dan pola atau mekanisme kerja kegiatan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya pengorganisasian yang baik. Pengorganisasian yang baik dalam pengaturan kegiatan bimbingan dan konseling ditandai oleh adanya dasar dan tujuan organisasi, personil dan perencanaan yang matang.

Organisasi pelayanan bimbingan dan konseling di MAN Yogyakarta 1 meliputi segenap unsur yang dapat digambarkan dalam organigram berikut:

Tabel 1.

Struktur organigram bimbingan dan konseling MAN Yogyakarta 1

No.	Nama	Pendidikan	Jabatan
1.	Drs. R Khamdan Jauhari	S1	Koordinator dan Guru BK kelas X
2.	Drs. Isni Lestari, S.Pd	S1	Guru BK kelas XII
3.	Farah Husna, S.Sos, M.Pd	S2	Guru BK Kelas XI
4.	Nuryo Handoko	SMK	Administator BK

d. Sarana dan Prasarana Bimbingan dan Konseling

Ruang BK merupakan salah satu sarana penting yang turut mempengaruhi keberhasilan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah. Secara geografis lokasi ruang BK MAN Yogyakarta 1 menempati ruangan sebelah barat, dan sebelah utara asrama putra. Sedangkan ditinjau dari keadaan ruangan BK dan segi luas ruangan sudah cukup memenuhi tetapi belum ideal dan sangat tidak standar, karena tidak ada ruangan untuk bimbingan kelompok dan individu, serta ruang tamu masih menyatu dengan ruang guru BK. Fasilitas yang terletak di ruang BK diantaranya :

Tabel 2. Sarana dan Prasarana Ruangan BK

No	Nama Sarana dan Prasarana	Jumlah	Keterangan
1	Ruang Guru BK	1	Baik
2	Ruang Bimbingan Konseling	1	Baik
3	Bagan Mekanisme Bimbingan dan Konseling	1	Baik
4	Bagan Program Kegiatan Layanan BK	1	Baik
5	Bagan Bank Data Siswa MAN Yogyakarta 1	1	Baik
6	Bagan Struktur Organigram BK MAN Yogyakarta 1	1	Baik
7	Majalah Dinding	1	Baik

8	Meja Guru	5	Baik
9	Lemari	4	Baik
10	TV	1	Baik
11	Kipas Angin	3	Baik
12	Rak Buku	1	Baik
13	Meja Konseling	1	Baik
14	Kursi guru	5	Baik
15	Kursi Tamu	12	Baik

e. Administrasi Bimbingan dan Konseling MAN YOGYAKARTA 1

1. Administrasi BK Perkelas

Administrasi BK Perkelas dilaksanakan untuk mengetahui kondisi keberadaan siswanya, dimana administrasi ini terdiri dari buku pemanduan kehadiran siswa, grafik ketidakhadiran siswa, catatan wali kelas, tabel sosiometri dan sosiogram siswa.

2. Administrasi BK persiswa

Administrasi BK persiswa digunakan untuk mengetahui kondisi siswa secara individu, yakni terdiri dari buku pribadi siswa dan data hasil Identifikasi Kebutuhan dan Masalah Siswa (IKMS), sosiometri.

3. Pola BK 17 Plus

Dalam pelayanan terdapat beberapa bimbingan dan layanan yang bersifat pokok maupun pendukung, sehingga berfungsi lebih efektif dan efisien, diantaranya:

1. Bimbingan
2. Bimbingan Belajar
3. Bimbingan Sosial
4. Bimbingan Karir
5. Bimbingan Kehidupan Berkeluarga
6. Bimbingan Kehidupan Keberagaman
7. Layanan Orientasi
8. Layanan Informasi
9. Layanan Penempatan/Penyaluran
10. Layanan Konseling Perorangan
11. Layanan Konseling Kelompok

12. Layanan Bimbingan Kelompok
13. Layanan Penguasaan Konten
14. Layanan Mediasi
15. Layanan Rumah
16. Konferensi Kasus
17. Tampilan Kepustakaan

4. Jadwal Program BK

Program BK terdiri dari program tahunan, program bulanan, program mingguan, dan program harian, yang masing-masing sudah tersusun dengan rapih.

5. Rekap daftar inventaris ruangan

Rekap daftar inventaris merupakan catatan dari kelengkapan yang ada di dalam bimbingan dan konseling, agar nantinya bisa terlihat barang yang masih ada dan yang hilang.

6. Buku Administrasi BK

BK di sekolah ini terdiri dari bimbingan pribadi, sosial, belajar, karir, keluarga, keberagaman, home visit dan catatan anekdot.

7. Daftar Piket BK

Jadwal piket ini sebagai konsekuensi kedisiplinan BK yang dalam satu minggu guru BK hadir penuh dan dalam satu harinya minimal 5 jam berada di sekolah.

8. Evaluasi BK

Catatan keberhasilan BK dibuat dalam rangka untuk mengetahui keprofesionalan guru BK dalam mendampingi siswanya, baik itu mendampingi siswa bermasalah atau siswa yang berprestasi dalam belajarnya. Sehingga dapat mengetahui kekurangan dari setiap programnya dan untuk menjadi lebih baik dalam pelaksanaan program selanjutnya.

Dalam praktik persekolahan ini, kegiatan yang dilakukan praktikan secara tidak langsung berhubungan dengan kegiatan bimbingan dan konseling. Praktik persekolahan dimaksudkan untuk mengetahui, memahami, dan melibatkan mahasiswa praktikan secara langsung pada kegiatan sekolah. Adapun kegiatan praktik persekolahan adalah :

Tabel 3. Praktik Persekolahan

No.	Nama Kegiatan	Pelaksanaan	Antusias/Hasil Kegiatan
1.	Bakti Lingkungan	19 Juli 2016	Pendampingan kegiatan bersih-bersih lingkungan sekolah bersama murid baru.
2.	Lomba Kebersihan Kelas	16 Agustus 2016	Menilai kebersihan masing-masing kelas.
3.	Piket guru	20 Juli 2016 26 Juli 2016 27 Juli 2016 2 Agustus 2016 3 Agustus 2016 9 Agustus 2016 10 Agustus 2016 16 Agustus 2016 17 Agustus 2016 23 Agustus 2016 24 Agustus 2016 30 Agustus 2016 31 Agustus 2016	Sapa pagi, izin meninggalkan sekolah dan tamu dari luar sekolah.
3.	Piket Perpustakaan	11 Agustus 2016 18 Agustus 2016 25 Agustus 2016 1 September 2016	Membantu cap buku baru, nomorisasi buku baru, menyampul buku, menempel artikel-artikel.

f. Praktik Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Sebelum melakukan praktik bimbingan dan konseling di sekolah, praktikan telah menyusun rancangan program praktik pengalaman lapangan yang telah dilengkapi dengan satuan layanan atau Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL). Satuan layanan yang dibuat untuk kelas X IIS 1, X IIS 2, X IIS 3. Dengan demikian praktikan melaksanakan program kegiatan PPL yang telah dirancang untuk MAN Yogyakarta 1 Kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah meliputi empat bidang bimbingan yaitu : bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir. Keempat bidang tersebut sudah

tercakup dalam rancangan PPL. Berikut ini adalah kegiatan praktik bimbingan dan konseling di sekolah :

1. Layanan Administrasi

Layanan Administrasi yang dilakukan praktikan yaitu Buku Pribadi, Buku Alumni, Data alamat siswa, Pembuatan program tahunan, program semesteran, program bulanan, dan program mingguan. Berikut rincian pelaksanaan layanan administrasi:

Tabel 4. Administrasi BK

No.	Hari/Tanggal	Sasaran Kegiatan	Deskripsi
1.	Senin, 18 Juli 2016 Rabu, 3 Agustus 2016 Kamis, 4 Agustus 2016 Senin, 15 Agustus 2016 Selasa, 16 Agustus 2016	Buku Pribadi	Mencatat data buku pribadi kelas X Mendata siswa yang belum mengumpulkan foto
2.	Selasa, 19 Juli 2016 Rabu, 20 Juli 2016 Kamis, 21 Juli 2016 Jum'at, 22 Juli 2016 Senin, 1 Agustus 2016	Buku Alumni	Mengumpulkan buku pribadi alumni per angkatan Menyusun beberapa halaman dari satu buku Membuat beberapa buku pribadi alumni menjadi sebuah buku alumni per angkatan dan dijilid

3.	Kamis, 1 September 2016 , Jum'at 2 September 2016	Data Alamat Siswa	Mendata alamat siswa kelas XII untuk keperluan homevisit
5.	Selasa, 2 Agustus 2016 Kamis, 4 Agustus 2016 Senin, 8 Agustus 2016 Rabu, 10 Agustus 2016 Kamis, 18 Agustus 2016 Senin, 22 Agustus 2016 Selasa, 30 Agustus 2016	Pembuatan program tahunan, semesteran, bulanan, mingguan	Penyusunan Prota, Promes, Probul, Proming untuk pembuatan satuan layanan.

Dari apa yang telah direncanakan, layanan administrasi ketika di lapangan mendapat tambahan beberapa kegiatan yang merupakan permintaan dari BK itu sendiri.

2. Pelayanan Dasar

Layanan dasar diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada seluruh konseli melalui kegiatan persiapan 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 dalam pengembangan kemampuan memilih dan mengambil keputusan dalam menjalani kehidupannya.

a. Bimbingan Klasikal

Bimbingan klasikal adalah bimbingan yang diberikan praktikan kepada peserta didik secara langsung di kelas. Bimbingan dengan cara ini memungkinkan praktikan memberikan bimbingan kepada sejumlah

siswa dalam satu kelas. Siswa yang diampu oleh guru pembimbing praktikan sebanyak 240 siswa yang terbagi dalam 8 kelas yaitu kelas X Agama, X Bahasa, X IPA 1, X IPA 2, X IPA 3, X IPS 1, X IPS 2 dan X IPS 3. Karena Di MAN Yogyakarta 1 BK tidak ada jam masuk kelas, sehingga layanan bimbingan klasikal diberikan secara insidental.

Secara keseluruhan praktikan melakukan bimbingan klasikal sebanyak 3 kali dan kegiatan tersebut terlaksana dengan baik. Hal itu terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan bimbingan klasikal. Berikut ini bimbingan klasikal yang telah terlaksana:

1. Bimbingan klasikal 1

Bimbingan	: Belajar, Pribadi
Sasaran	: Kelas X IIS 1
Judul	: Tips Belajar Efektif
Bentuk	: Ceramah, Diskusi
Pelaksanaan	: Rabu, 10 Agustus 2016
Media	: LCD, Laptop
Penghambat	: Beberapa siswa kurang aktif diskusi
Solusi	: Memberikan perhatian lebih dikelas agar siswa dapat aktif dalam diskusi
Materi	: Terlampir

2. Bimbingan klasikal 2

Bimbingan	: Belajar
Sasaran	: Kelas X IIS 3
Judul	: Tips Meningkatkan Konsentrasi Belajar
Bentuk	: Ceramah dan Diskusi
Pelaksanaan	: Kamis, 11 Agustus 2016
Media	: Power Point, Kuis dan <i>Ice Breaking</i>
Penghambat	: Ada siswa yang tidak memperhatikan dan rame sendiri
Solusi	: Praktikan menegur agar memperhatikan materi yang disampaikan
Materi	: Terlampir

3. Bimbingan klasikal 3

Bimbingan	: Pribadi
-----------	-----------

Sasaran	: Kelas X IIS 2
Judul	: Upaya Mengenali Potensi Diri
Bentuk	: Ceramah, Diskusi
Pelaksanaan	: Sabtu, 29 Agustus 2015
Media	: Laptop, PPT dan LCD
Penghambat	: Ada beberapa siswa yang sulit untuk diatur
Solusi	: Praktikan menegur siswa untuk dapat diatur
Materi	: Terlampir

Dari apa yang telah direncanakan, ketika dilapangan semua berjalan lancar hanya saja keterbatasan jam masuk kelas yang menghambat praktikan untuk masuk kelas yang belum mendapat bimbingan klasikal.

b. Pelayanan Informasi (media)

Layanan informasi adalah suatu materi kegiatan yang berupa informasi atau keterangan yang akan disampaikan kepada siswa yang dipandang bermanfaat bagi peserta didik. Layanan informasi yang dibuat oleh praktikan merupakan bentuk layanan BK yang tidak langsung dengan menggunakan berbagai media. Layanan yang diberikan sudah terlaksana semua dari apa yang telah direncanakan.

Layanan informasi bertujuan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan dan mengembangkan pola kehidupan yakni sebagai bekal hidup yang dirasakannya kelak.

Materi Layanan informasi yang disampaikan secara tidak langsung adalah:

Tabel 5. Layanan informasi (media)

No.	Media	Materi	Sasaran
1	Leaflet/brosur (Terlampir)	Isi materi dalam leaflet/brosur ini adalah tentang “Tips belajar efektif, Bahaya pergaulan bebas dan Tips lolos seleksi ujian PTN”. Tujuan dari media ini adalah untuk meningkatkan keterampilan dan memberikan informasi terkait	Semua siswa kelas X, XI dan XII

		dengan materi yang telah dibuat.	
2	Poster (Terlampir)	Isi materi dalam poster ini adalah tentang “Bahaya Narkoba”. Tujuan dari media ini adalah siswa dapat memahami dan mengerti bahwa narkoba itu dilarang dan dapat menimbulkan kerugian yang besar bagi penggunanya.	Semua siswa

Dari media yang telah dibuat banyak tanggapan positif dari siswa dan hasil dari mereka merasa mendapatkan keuntungan, disamping itu mereka juga memberikan masukan yang membangun untuk lebih mengembangkan media yang telah dibuat.

c. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli. Isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran. Bimbingan ini sudah terlaksana sesuai dengan yang direncanakan yaitu satu kali pertemuan.

Bimbingan kelompok dilakukan dalam bentuk diskusi kelompok yang dilaksanakan pada :

Tabel 6. Bimbingan Kelompok

No.	Hari/Tanggal	Nama	Kelas	Materi
1.	Rabu, 24 Agustus 2016	1. Fahrizal Zulfian 2. Faishal Faraz 3. Naila Muhimatul 4. M. Khoirul Anam 5. Febryandick y A.M.R	X MIPA 1 X MIPA 1 X MIPA 1 X MIPA 3 X MIPA 3	Bahaya miras, rokok dan narkoba (Terlampir)

		6. Fatimah	X MIPA 3	
--	--	------------	-------------	--

d. Kolaborasi dengan Guru Mata Pelajaran/Wali Kelas

Kolaborasi dilaksanakan oleh praktikan setelah konseling individual tepatnya 2 minggu setalah konseling. Kolaborasi ini bertujuan untuk menanyakan kepada wali kelas tentang perkembangan yang dialami konseli setelah diberikan layanan konseling individual.

e. Kolaborasi dengan Lembaga Terkait

Kolaborasi ini dilakukan dengan pihak lain dalam sekolah ataupun dari luar sekolah. Berikut kolaborasi yang telah dilaksanakan :

Tabel 7. Layanan Kolaborasi (Terlampir hal. 122-127)

No	Nama Pihak	Hari, tanggal	Deskripsi
1	NIEC	Rabu, 8 Agustus 2016	Membantu mendampingi pelaksanaan bimbingan karir di aula sekolah. Materi yang diberikan oleh NIEC adalah perguruan tinggi yang ada di luar negeri dan tips untuk masuk di perguruan tinggi di luar negeri. Kegiatan ini untuk semua siswa kelas XII yang berjumlah 231 siswa. Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan informasi kepada siswa bahwa di luar negeri pun masih bisa untuk kuliah.
2	BNN	Rabu, 17 Agustus 2016	Membantu pelaksanaan tes urine untuk kelas X 226 siswa di Aula, tes ini dilaksanakan untuk mengetahui siswa yang menggunakan obat-obatan tertentu. Dan hasilnya tidak ada siswa yang menggunakan obat-obatan yang berbahaya.

3	Tes Psikotes	Jumat, 19 Agustus 2016	Mendampingi lembaga untuk pelaksanaan tes psikotes kelas X. Tes ini berfungsi untuk mengetahui bakat dan minat yang dimiliki siswa.
---	--------------	------------------------	---

3. Pelayanan Responsif

Layanan responsif merupakan pemberian bantuan kepada konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak segera dibantu dikhawatirkan dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan, khususnya yang bersangkutan dengan kegiatan pembelajaran di sekolah.

a. Konseling Individual

Tujuan konseling individual adalah membantu siswa mengatasi atau memecahkan masalah pribadinya (secara face to face) dengan menggunakan teknik- teknik konseling yang telah dipelajari oleh praktikan. Harapannya konseli yang mendapatkan layanan ini dapat terpecahkan masalahnya serta menemukan jalan untuk mengatasi masalahnya. Praktikan melakukan konseling individual dengan siswa sebanyak dua kali konseling yaitu dengan A dan B pada tanggal 16 Agustus 2016 berbeda jamnya. Dalam pelayanan konseling individual berjalan dengan sangat baik. Hal ini dikarenakan konseli telah mampu menemukan jalan keluar masalahnya dengan bimbingan dari konselor.

Pelaksanaan konseling individual yang dilaksanakan 2 kali dilakukan selama 2 sesi konseling. Dengan penggambaran sebagai berikut:

1. Konseling Individual (Terlampir)

A. Identitas Konseli

Konseli	:	A
Kelas	:	X IIS 3
Jenis Kelamin	:	Laki-laki
Umur	:	15 tahun
Agama	:	Islam

B. Data :

A adalah siswa kelas 10 IIS 3 MAN Yogyakarta 1, dia mempunyai masalah sering terlambat masuk sekolah. Sudah 2 kali dia terlambat masuk sekolah. Alasannya dia terlambat yang pertama dia bangun kesiangan dan alasan terlambat yang kedua karena menemani ayahnya mengambil uang di atm. Kegiatan yang dilakukan oleh A terhitung padat, karena dia mengikuti les setelah pulang sekolah dan merasa dia belum bisa membagi waktu dan karena hal tersebut A jadi sering kecapean. Belum lagi kegiatan di sekolah yang padat. Di rumah farhan juga tidak bisa tidur gasik, dia selalu tidur malam.

C. Diagnosis :

Terlambat karena bangun kesiangan dan ada hal lain yang mendadak.

D. Prognosis :

- Konseling behavioristik. Dengan konseling behavioristik konseli diajak untuk menyusun jadwal kebiasaan yang akan dilakukan seperti memanajemen waktu. Agar siswa dapat mengatur waktu dengan baik dan tidak bangun kesiangan lagi karena terlalu banyak kegiatan.
- Konseling individual agar konseli dapat mengatur waktu lebih baik lagi.

E. Pendekatan yang digunakan

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan Behaviouristik, karena konseli diajak untuk membuat manajemen waktu yang tepat.

F. Tujuan Konseling

- Membantu konseli untuk bisa membuat manajemen waktu untuk dirinya sendiri.
- Memotivasi konseli untuk tidak terlambat datang ke sekolah lagi.

G. Hasil Konseling

Harapannya A bisa membuat manajemen waktu yang pas untuk dirinya sendiri, agar dia tidak kecapean dan bisa membagi waktu.

2. Konseling Individual II (Terlampir)

A. Identitas Konseli

Konseli : B
Kelas : X MIA 2
Jenis Kelamin : Laki-laki
Umur : 15 tahun
Agama : Islam

B. Data :

B adalah siswa kelas 10 MIPA 2 MAN Yogyakarta 1, dia mempunyai masalah sering terlambat masuk sekolah. Di sekolah dia mengikuti kegiatan yang padat, dia pulang ke rumah biasanya malam karena ada kegiatan di luar sekolah juga. Dia juga sering tidur larut malam, sehingga kecapean dan terlambat. Dia juga sering terlambat karena bergantian mengantar oleh ibunya. Sudah 2 kali B terlambat karena ibunya mengantar adiknya ke sekolah terlebih dahulu, kemudian baru B yang diantar ke sekolah. Belum juga dijalan kena macet karena jalan dari rumah B menuju sekolah sering macet. Itu yang menyebabkan B jadi terlambat masuk sekolah.

C. Diagnosis :

Terlambat karena bergantian mengantar oleh ibunya dan belum bisa menyusun jadwal kebiasaan sehari-hari

D. Prognosis :

- Konseling person centered. Dengan konseling person centered konseli harus menyadari kegiatan yang terlalu memakan waktu dan tenaga itu dikurangi dan dapat menyusun jadwal kebiasaan yang akan dilakukan seperti memanajemen waktu sehingga siswa dapat mengatur waktu dengan baik agar tidak kecapean lagi.
- Konseling individual agar konseli dapat mengatur waktu dan mengkomunikasikan ke ibunya, agar mengantar adiknya lebih awal.

E. Pendekatan yang digunakan

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan person centered, karena diharapkan konseli dapat menyadari dengan sendirinya apa akibat yang jika dia melakukan kegiatan yang

padat tanpa diimbangi dengan istirahat yang cukup dan juga harus bisa membuat jadwal kebiasaan sendiri.

F. Tujuan Konseling

- Memotivasi konseli untuk tidak mengikuti kegiatan yang padat lagi.
- Mendorong konseli untuk membuat jadwal kebiasaan sehari-hari

G. Hasil Konseling

Harapannya B dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan tidak sering terlambat lagi

b. Konseling kelompok

Tujuan dari konseling kelompok adalah membantu menangani dan membantu konseli menemukan jalan keluar secara bersama-sama. Kelompok konseling terdiri dari anggota yang memiliki masalah yang sama. Namun demikian permasalahan yang mereka miliki dapat menjadi bahan referensi bagi anggota lain serta mereka dapat secara bersamaan memperoleh pemecahan masalah dari penelaahan berbagai kasus tersebut. Selama di MAN Yogyakarta 1 praktikan belum melaksanakan konseling kelompok karena keterbatasan waktu yang ada.

4. Layanan Pengumpulan Data

Layanan ini bertujuan untuk menghimpun berbagai informasi tentang siswa untuk memudahkan dalam administrasi maupun kebutuhan tertentu serta untuk memahami siswa lebih dalam.

Layanan penghimpun data ini dilakukan melalui, pendataan IKMS (Identifikasi Masalah Siswa) dan Angket Sosiometri. Praktikan membantu mengumpulkan dan melakukan pendataan IKMS disebarluaskan untuk seluruh kelas X, XI dan XII. Tindak lanjut dari layanan penghimpun data ini digunakan untuk membuat need assesment dalam menentukan program BK.

a) IKMS (Identifikasi Masalah Siswa)

Identifikasi Masalah Siswa (IKMS) adalah daftar berisi pernyataan-pernyataan yang merupakan masalah yang diasumsikan biasa dialami oleh individu dalam tingkat perkembangan tertentu. IKMS digunakan untuk mengungkap masalah-masalah yang

dialami oleh individu, dengan merangsang atau memancing individu untuk mengutarakan masalah yang pernah atau sedang dialaminya.

Dalam hal ini praktikan menggunakan IKMS yang terdiri dari 180 butir pernyataan dan pertanyaan yang terbagi dalam 4 bidang sesuai dengan bidang bimbingan yakni : pribadi, sosial, belajar dan karir.

Selanjutnya hasil yang didapatkan dari Pengisian IKMS digunakan sebagai dasar pembuatan program kerja PPL BK serta guru BK MAN Yogyakarta 1 dalam pembuatan materi yang relevan dengan kebutuhan siswa.

b) Sosiometri (Terlampir)

Sosiometri adalah metode pengumpulan data tentang pola dan struktur sosial individu-individu dalam suatu kelompok, dengan cara menelaah relasi sosial, status sosial. Maka dengan sosiometri kita bisa mengetahui dinamika kelompok, popularitas individu dalam sebuah kelompok dan kesulitan hubungan sosial individu dalam kelompok. Layanan ini diberikan kepada seluruh kelas. Berikut hasil kegiatan layanan pengumpulan data:

Tabel 9. Layanan Pengumpulan Data

No.	Tanggal	Kegiatan
1.	25,26 Juli dan 2,3 Agustus 2016 27,28,29 Juli 2016, 1,2,4,5,8,9,10,11,12,15,1 8,19,25,26,30 Agustus 2016	Penyebaran Identifikasi Masalah Siswa (IKMS) Kelas X, XI, dan XII Entri data IKMS kelas X MIA 1, X MIA 2, X MIA 3, X IIK, XI MIA 1, XII IIK
2.	12 Agustus 2016 22,23,24 Agustus 2016	Membuat dan menyebar angket sosiometri Kelas X, XI dan XII Entri data angket sosiometri kelas X IIK.

5. Kolaborasi dengan Pihak Luar Sekolah

Kolaborasi dengan pihak luar sekolah yaitu berkaitan dengan

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

Selama praktikan melakukan PPL di MAN Yogyakarta 1, praktikan mengetahui lembaga yang berkolaborasi dengan sekolah seperti BNN dan NIEC.

6. Konferensi Kasus

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

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

Selama melakukan PPL di MAN Yogyakarta 1, praktikan tidak pernah melakukan konferensi kasus karena belum menemukan kasus yang harus dikonferensikan.

7. 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. Selama PPL di MAN 1 Yogyakarta, praktikan sudah melakukan home visit selama 6 kali dalam 3 hari terlaksanakannya home visit.

C. ANALISIS HASIL

Pada pelaksanaan PPL tahun 2016 ini praktikan mampu menyebut bahwa pelaksanaan PPL tahun ini sudah terlaksana dengan baik, namun ada beberapa layanan yang belum dilaksanakan karena keterbatasan jam untuk BK sendiri. Khusus PPL Bimbingan dan Konseling sendiri praktikan sudah melaksanakan progam kerja yang dapat mendukung kinerja tenaga pendidik maupun guru-guru pada sekolah MAN Yogyakarta 1 khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling. Praktikan sudah melakukan bimbingan klasikal

sebanyak 3 kali dan konseling individual dengan 2 orang konseli. Selain itu pun praktikan sudah memberikan layanan yang tepat untuk para siswa yang membutuhkannya melalui penemuan masalah yang telah ditemukan melalui penyebaran instrumen IKMS (Identifikasi Masalah Siswa) untuk para siswa.

D. HAMBATAN DAN SOLUSI

Dalam melaksanakan kegiatan layanan bimbingan dan konseling praktikan menghadapi berbagai hambatan, baik hambatan secara teknis maupun non teknis, tetapi berkat motivasi dan bantuan dari berbagai pihak hambatan tersebut dapat diatasi. Adapun hambatan-hambatan dan cara mengatasinya yang dialami praktikan, adalah sebagai berikut :

1. Praktik Persekolah

a. Piket Guru

Hambatan dari kegiatan ini adalah ketika bertugas piket bersamaan dengan tugas yang diberikan BK kepada praktikan yang harus dikerjakan. Maka untuk mengatasi hal tersebut praktikan meminta tolong kepada teman lain untuk menggantikan tugas piket.

b. Piket Perpustakaan

Hambatan dari kegiatan ini adalah, tugas piket yang sehari *full* di perpustakaan, sedangkan praktikan harus bekerja/bertugas di ruangan BK. Oleh karena itu praktikan kadang ijin kepada penanggung jawab perpus kalau ada tugas yang harus dikerjakan di BK.

2. Praktik Bimbingan dan Konseling

a. Layanan Administrasi

Kendala dalam layanan administrasi BK di MAN Yogyakarta 1 adalah ada beberapa siswa yang belum mengumpulkan buku pribadi, dan data buku pribadi yang kurang lengkap sehingga praktikan mengalami kesulitan dalam mendata buku pribadi siswa yang disesuaikan dengan absensi serta pengisian data buku pribadi yang tidak lengkap. Solusi dari permasalahan ini adalah mendata dan memanggil siswa yang datanya belum lengkap, kemudian di hari lain diminta untuk mengumpulkan.

b. Layanan Dasar

1) Bimbingan klasikal

Bimbingan klasikal di MAN Yogyakarta 1 diberikan untuk kelas XII, sedangkan kelas X dan XI tidak ada layanan bimbingan klasikal. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal praktikan tidak bisa memberikan layanan ke semua kelas karena tidak adanya jam masuk kelas BK. Solusi dari permasalahan ini adalah praktikan

memaksilmalkan kesempatan ketika ada jam masuk kelas X dan memberikan materi yang tepat untuk menarik perhatian siswa.

2) Pelayanan Informasi (Media)

Kendala dalam Layanan informasi (media) adalah kesulitan dalam mendesain leaflet/brosur dan poster. Maka solusinya meminta bantuan teman untuk membantu mendesain.

3) Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok memiliki kendala tentang penentuan jam karena terbentur dengan jam mata pelajaran. Oleh karena itu pada bimbingan kelompok dilakukan dalam satu sesi yang pada saat jam pelajaran kelas itu tidak lagi ulangan. Solusi dari kegiatan ini adalah Praktikan harus pandai melakukan negosiasi dengan guru mapel untuk memintakan ijin kepada siswa yang akan diberikan layanan bimbingan kelompok.

c. Layanan Responsif

1) Konseling Individual

Layanan konseling individual ini dilakukan 2 kali. Hambatan yang dialami dalam konseling ini adalah masalah yang ada bukan masalah terberat karena praktikan tidak diperbolehkan untuk mengatasi masalah-masalah yang terberat dulu dan kurangnya praktikkan untuk mengaplikasikan keterampilan-keterampilan yang telah diajarkan selama kuliah. Maka praktikkan mencoba belajar kembali dan memperbaiki dalam layanan konseling.

2) Konseling Kelompok

Pemberian layanan konseling kelompok belum dilakukan oleh praktikan karena ketidaktersediaan waktu untuk melakukan konseling kelompok.

d. Layanan pengumpulan data

Pada saat pengumpulan data memang tidak ada hambatan, tetapi pada saat menghimpun data atau mengentry data hambatan yang dialami adalah adanya beberapa siswa yang belum mengisi data jadi himpunan data tidak langsung selesai, maka pratikkan memanggil siswa ketika istirahat untuk mengerjakan IKMS/sosiometri di ruangan BK.

BAB III

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan PPL di MAN Yogyakarta 1 yang telah ditempuh, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Praktik persekolahan

Dari kegiatan observasi dapat disimpulkan bahwa secara fisik gedung atau ruangan yang terdapat di MAN Yogyakarta 1 adalah sebagai berikut : ruang kelas, laboratorium, ruang aula, ruang kepala madrasah, ruang wakil madrasah, ruang guru, ruang tata usaha, ruang perpustakaan, ruang BK, asrama, koperasi, masjid, ruang ekstrakurikuler, ruang OSIS, rung UKS, kantin, ruang bank mini dan bank mandiri syari'ah.

Kemudian secara non fisik kegiatan yang dilakukan selama PPL satu bulan disana adalah piket salaman, piket guru, piket perpustakaan dan pendampingan perlombaan kelas sebelum HUT RI.

2. Praktik bimbingan dan konseling di MAN Yogyakarta 1,

Kegiatan yang dilakukan adalah :

a. Layanan administrasi, yang menjadi sasaran layanan ini adalah buku pribadi yaitu mengecek kelengkapan data pribadi semua siswa kelas X. Absensi siswa, praktikan melaksanakan pembuatan dan pengecekan nama siswa disetiap kelas X. Pembuatan program tahunan, semesteran, dan bulanan untuk kelas X. Daftar alamat, praktikan melaksanakan pembuatan daftar alamat khusus untuk kelas XII karena akan dilakukan kegiatan homevisit.

b. Layanan dasar yang meliputi :

1) Bimbingan klasikal hanya dilaksanakan untuk kelas X saja. Yang pertama dilaksanakan di kelas X IIS 1 pada tanggal 10 Agustus 2016 dengan materi “Tips Belajar Efektif”, dari layanan ini siswa dapat mengetahui cara belajar efektif yang tepat dan benar.

Kedua dilaksanakan di kelas X IIS 3 pada tanggal 11 Agustus 2016 dengan materi “Konsentrasi Belajar”, dari layanan ini siswa mampu berkonsentrasi saat sedang belajar. Ketiga dilaksanakan di kelas X IIS 2 dengan materi mengenali potensi diri, dari layanan ini siswa mampu mengenali diri sendiri.

2) Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan 1 kali. Pertama dilaksanakan pada tanggal 24 Agustus 2016 dengan materi

bahaya Rokok, Miras dan Narkoba. Hasil dari kegiatan ini adalah siswa mampu mengetahui tentang bahaya rokok, miras dan narkoba serta jenis-jenis rokok, miras dan narkoba yang tidak boleh dikonsumsi oleh tubuh.

- 3) Layanan informasi (media) ada 3 Leaflet dan 1 Poster. Poster berisi materi tentang bahaya narkoba, poster ini dibingkai dan dipasang di ruang bimbingan dan konseling, Leaflet tentang tips belajar efektif, leaflet ini dibagikan kepada siswa kelas X. Leaflet tentang bahaya pergaulan bebas, leaflet ini dibagikan kepada siswa kelas XI. Leaflet tentang tips masuk perguruan tinggi, leaflet ini dibagikan kepada siswa kelas XII.
- 4) Kolaborasi dengan wali kelas adalah menayakan perkembangan konseli yang sesuai dengan masalah siswa dan hasilnya sudah ada perubahan walaupun belum signifikan.
- 5) Kolaborasi dengan pihak sekolah/luar sekolah, kolaborasi ini dilakukan dengan berbagai lembaga BNN, NIEC. Untuk masalah administrasi kolaborasi dengan lembaga lain sudah ditanggung oleh BK, praktikan hanya berpartisipasi dalam pelaksanaan

c. Layanan responsif

- 1) Konseling individual dilakukan 2 kali dengan sasaran siswa kelas X MIPA 2 dan siswa kelas X IIS 3.
- 2) Konseling kelompok yang dilakukan sebanyak 1 kali dengan sasaran siswa kelas X MIPA 1 dan X MIPA 3

d. Layanan pengumpulan data melalui IKMS dengan penyebaran IKMS kelas X, XI dan XII, kemudian IKMS di entri untuk mengetahui data permasalahan siswa yang dibantu administrator BK. Jika ada siswa yang bermasalah maka akan ditindak lanjuti dengan layanan konseling. Sosiometri dilakukan penyebaran angket sosiometri semua kelas, kemudian entri data sosiometri berguna untuk melihat hubungan sosial siswa. Dalam pengentryan IKMS belum terselesaikan semua, kemudian dilanjutkan oleh Tim PPL dari UIN.

B. Saran

Dari hasil pelaksanaan program PPL yang dilaksanakan sejak 15 Juli sampai 17 September 2016 praktikan menyampaikan beberapa saran yang sekiranya membangun bagi semua pihak, antara lain:

- a. Kepada Kepala Sekolah MAN Yogyakarta 1

- 1) Perlunya menjadwalkan jam masuk kelas X dan XI untuk BK sehingga BK bisa memberikan layanan secara terjadwal bagi semua kelas.
- b. Kepada Guru BK di sekolah
 - 1) Melanjutkan kegiatan yang belum terlaksana secara optimal (homevisit)
- c. Kepada Pengelola PPL UNY
 - 1) Hendaknya waktu yang digunakan untuk Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) jangan disatukan dengan kegiatan KKN, karena dirasa kurang efisien.
 - 2) Penyampaian informasi oleh LPPMP lebih ditegaskan lagi sehingga mahasiswa tidak bingung karena adanya beberapa informasi yang berbeda yang diterima oleh masing-masing mahasiswa.
 - 3) LPPMP memahami bahwa BK tidak sama dengan guru mata pelajaran sehingga menyediakan lembar evaluasi sesuai dengan kebutuhan BK.

DAFTAR PUSTAKA

Muh. Nur Wangid, Sugihartono, Agus Triyanto. 2014. Panduan PPL Program Studi
Bimbingan Dan Konseling

Tim Pembekalan KKN–PPL UNY. 2014. *Materi Pembekalan KKN–PPL*.
Yogyakarta: UNY

LAMPIRAN

LAMPIRAN MATRIKS PPL



NO	KEGIATAN	BUDAYA	BUDAYA	FUNGSI	METODE	MEDIA	WAKTU	AGUSTUS												SEPTEMBER																	
								16	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	KEGIATAN PROGRAM BEMINGAN	P	B	K																																	
A	PERKEMBANGAN																																				
1	Manfaat Bembingan																																				
2	Permasalahan Program																																				
3	Kemandirian Program																																				
4	Programma Program																																				
5	Makna dan tujuan																																				
B	PELAJARAN																																				
1	Pengetahuan																																				
1.1	Arkeologi																																				
1.2	Antropologi																																				
1.3	Arkeologi																																				
1.4	Prayogaan Dinas																																				
1.5	Ritual dan Tradisi																																				
1.6	Tradisi dan Budaya																																				
1.7	Topografi																																				
1.8	Topografi																																				
1.9	Topografi																																				
1.10	Topografi																																				
1.11	Topografi																																				
1.12	Topografi																																				
1.13	Topografi																																				
1.14	Topografi																																				
1.15	Topografi																																				
1.16	Topografi																																				
1.17	Topografi																																				
1.18	Topografi																																				
1.19	Topografi																																				
1.20	Topografi																																				
1.21	Topografi																																				
1.22	Topografi																																				
1.23	Topografi																																				
1.24	Topografi																																				
1.25	Topografi																																				
1.26	Topografi																																				
1.27	Topografi																																				
1.28	Topografi																																				
1.29	Topografi																																				
1.30	Topografi																																				
1.31	Topografi																																				
1.32	Topografi																																				
1.33	Topografi																																				
1.34	Topografi																																				
1.35	Topografi																																				
1.36	Topografi																																				
1.37	Topografi																																				
1.38	Topografi																																				
1.39	Topografi																																				
1.40	Topografi																																				
1.41	Topografi																																				
1.42	Topografi																																				
1.43	Topografi																																				
1.44	Topografi																																				
1.45	Topografi																																				
1.46	Topografi																																				
1.47	Topografi					</td																															



LAMPIRAN KARTU BIMBINGAN PPL



KARTU BIMBINGAN PPL/MAGANG III DI SEKOLAH/LEMBAGA

**PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
LEMBAGA PENGENALAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN 2015/2016**

Nama Sekolah/ Lembaga : MAN 1 Yogyakarta
Alamat Sekolah/ Lembaga : Jalan C. Simanjuntak no. 60, Yogyakarta..... Fax./ Telp. Sekolah/Lembaga : 0274-
Nama DPL PPL/ Magang III : Istri Yusri Nurwanti, M.Pd
Prodi / Fakultas DPL PPL/ Magang III : BK / Psikologi Pendidikan dan Bimbingan / Fakultas Pendidikan (FIP)
Jumlah Mahasiswa PPL/ Magang III : 2

PERHATIAN 2

- ❖ Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL/Magang III (1 kartu untuk 1 prod).
 - ❖ Kartu bimbingan PPL/Magang III ini harus diisi materi bimbingan dan diminta tanda tangan dari DPL/PPL/Kragang III setiap kali bimbingan dilakukan.
 - ❖ 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.



Yogyakarta, 15 Juni 2016
BPK
BPK RI / Mezzanini Dwi

Amaria

LAMPIRAN CATATAN HARIAN

LEMBAR CATATAN HARIAN PPL

TAHUN 2015/2016

NAMA MAHASISWA : Angga Bagus Dharmawan

NIM : 13104241025

PRODI/JURUSAN : Bimbingan dan Konseling/ Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

LOKASI PPL : MAN Yogyakarta 1

GURU PEMBIMBING : Drs. R Khamdan Jauhari

No.	Hari/Tgl	Pukul	Nama Kegiatan	Deskripsi	Keterangan/ Paraf Guru Pembimbing

1.	Senin, 18 Juli 2016	07.00-08.00	Upacara bendera dan syawalan	Semua mahasiswa PPL mengikuti kegiatan upacara bendera bersama seluruh guru, karyawan, staff dan siswa. Kemudian dilanjut dengan acara syawalan.	
		08.30-09.30	Briefing PPL	Briefing semua mahasiswa PPL dengan koordinator guru pendamping lapangan Mengelompokan buku pribadi siswa berdasarkan masing-masing kelas	
2.	Selasa, 19 Juli 2016	07.30-09.00	Bakti lingkungan	Pendampingan kegiatan bersih-bersih lingkungan sekolah bersama murid baru	
		09.30-11.30	Pembuatan Buku Alumni	Mengelompokan berkas-berkas buku pribadi alumni sesuai angkatan	
		12.30-14.00	Pembuatan Buku Alumni	Melanjutkan pengelompokan berkas-berkas buku pribadi alumni	
3.	Rabu, 20 Juli 2016	07.30-10.00	Pembuatan Buku Alumni	Melanjutkan pengelompokan berkas-berkas buku pribadi alumni	

		10.25-12.15 13.00-14.00	Piket Harian Pembuatan Buku Alumni	Menjaga di ruang piket Melanjutkan pengelompokan berkas-berkas buku alumni	<i>- Dwi</i>
4.	Kamis, 21 Juli 2016	07.30-12.00	Pengelompokan Buku Alumni	Menyusun absensi dan mengelompokan berdasarkan angkatan	<i>- Dwi</i>
5.	Jum'at, 22 Juli 2016	08.00-11.15	Pembuatan Buku Alumni	Penjilidan buku alumni	<i>- Dwi</i>
6.	Senin, 25 Juli 2016	07.30-09.00 10.35-11.55 13.25-14.15	Aplikasi Instrumen BK (IKMS) Aplikasi Instrumen BK (IKMS) Aplikasi Instrumen BK (IKMS)	Menyiapkan lembar jawab dan angket IKMS Menyebar angket IKMS ke kelas XII MIPA 1 dan kelas X MIPA 2 Menyebar angket IKMS ke kelas X MIPA 1	<i>- Dwi</i>
7.	Selasa, 26 Juli 2016	07.30-11.55	Aplikasi Instrumen BK (IKMS)	Menyiapkan angket IKMS dan lembar jawab IKMS, kemudian menyebar	<i>- Dwi</i>

8.	Rabu, 27 Juli 2016	12.30-14.15 07.30-10.00	Piket Harian Himpunan Data (IKMS)	angket ke kelas X MIPA 3, XI IIS 2, dan XI IPA 1 Jaga piket di ruang piket Mengentri data dari angket IKMS yang sudah disebar dan dimasukan ke aplikasi IKMS untuk dientri masing- masing kelas	- per
9.	Kamis, 28 Juli 2016	10.25-12.15 13.25-14.15 07.30-09.00 09.30-13.30	Piket Harian Aplikasi Instrumen BK (IKMS) Himpunan Data (IKMS) Izin	Jaga piket di ruang piket Menyebar angket kelas XI IBB Mengentri data dari angket IKMS Izin untuk membayar UKT dan mengisi KRS	- per
10.	Jum'at, 29 Juli 2016	07.15-11.00	Himpunan Data (IKMS)	Mengentri data IKMS kelas X MIPA 1 dan XI MIPA 1	- per

11.	Senin, 1 Agustus 2016	07.30-08.30 08.30-11.00 11.30-12.10 12.30-14.15	Himpunan Data (IKMS) Izin KRS dan Buku Alumni Konsultasi Himpunan Data (IKMS)	Input data angket IKMS Izin ke kampus buat KRS dan konsul kr dosen PA, kemudian mengambil buku Alumni MAN Yogyakarta 1 Konsultasi RPL dengan GPL Input data angket IKMS	<i>- per</i>
12.	Selasa, 2 Agustus 2016	07.30-09.25 09.25-10.10 10.10-11.05 11.05-11.45 12.15-13.15 13.15-13.35 13.35-14.15	Himpunan Data (IKMS) Himpunan Data (IKMS) Aplikasi Instrumen BK (IKMS) Himpunan Data (IKMS) Aplikasi Instrumen BK (IKMS) Piket Harian Aplikasi Instrumen BK (IKMS) Piket Harian	Input data prosem angket IKMS Menyebar angket IKMS di kelas XII MIPA 3 Input data IKMS Menyebar angket IKMS di kelas XI MIPA 3 Jaga piket di ruang piket Menyebar angket IKMS di kelas XII IIK Jaga piket di ruang piket	<i>- per</i>
13.	Rabu, 3 Agustus 2016	07.30-07.55	Himpunan Data (IKMS)	Menyiapkan angket IKMS dan lembar jawabnya, serta menginput sebagian	<i>- per</i>

		07.55-08.40	Aplikasi Instrumen BK (IKMS)	data sebelumnya Pengambilan data angket IKMS di kelas XI IIS 3	
		08.40-09.25	Buku Pribadi	Mengumpulkan buku pribadi kelas X berdasarkan kelasnya	
		09.55-10.10	Aplikasi Instrumen BK (IKMS)	Menyebar angket IKMS di kelas XII IIS 1	
		10.25-12.15	Piket Harian	Jaga piket di ruang piket	
		13.25-14.15	Aplikasi Instrumen BK (IKMS)	Menyebar angket IKMS di kelas XI MIPA 2	
14.	Kamis, 4 Agustus 2016	07.30-09.00	Buku Pribadi	Menyelesaikan pengumpulan buku pribadi kelas X berdasarkan kelasnya	- 
		09.00-13.00	Pembatalan KRS	Izin untuk membatalkan KRS	
		13.00-14.15	Himpunan Data (IKMS)	Menginput data prosem IKMS	
15.	Jum'at, 5 Agustus 2016	07.30-10.00	Himpunan Data (IKMS)	Menginput data angket IKMS	
		10.00-12.00	Konsultasi	Konsultasi ke GPL terkait RPL	

16.	Senin, 8 Agustus 2016	07.00-08.30 08.40-10.25 11.00-14.15	Layanan Orientasi Himpunan Data (IKMS) Himpunan Data (IKMS)	Pendampingan kelas XII di aula, tentang bimbingan karir oleh NIEC Input data IKMS Input data proseum IKMS	<i>- per</i>
17.	Selasa, 9 Agustus 2016	07.30-12.15 12.15-13.35 13.35-14.15	Himpunan Data (IKMS) Piket Harian Bimbingan Klasikal	Input data proseum, probul IKMS Jaga piket di ruang piket Memberikan layanan Bimbingan Klasikal tentang “Belajar Efektif” ke kelas XII MIPA 2	<i>- per</i>
18.	Rabu, 10 Agustus 2016	07.55-08.40 08.40-09.25 09.25-10.10	Bimbingan Klasikal Himpunan Data (IKMS) Bimbingan Klasikal	Memberikan layanan Bimbingan Klasikal tentang “Belajar Efektif” ke kelas X IIS 1 Menginput data proming, probul IKMS Memberikan layanan Bimbingan Klasikal tentang “Tips Ujian Masuk ke Perguruan Tinggi di kelas XII IIS 1	<i>- per</i>

		10.25-12.15 12.15-12.55	Piket Harian Bimbingan Klasikal	Jaga piket di ruang piket Memberikan layanan Bimbingan Klasikal tentang “Carrier Mapping” ke kelas XII IIS 3	
		12.55-13.35	Himpunan Data (IKMS)	Menginput prosemp, probul data angket IKMS	
		13.35-14.15	Bimbingan Klasikal	Memberikan layanan Bimbingan Klasikal tentang “Sekolah Kedinasan” ke kelas XII MIPA 3	
19.	Kamis, 11 Agustus 2016	07.10-07.55	Bimbingan Klasikal	Memberikan layanan Bimbingan Klasikal tentang “Konsentrasi Belajar” di kelas X IIS 3	- Jawa
		07.55-10.25	Piket Perpustakaan	Menyampul buku-buku di perpustakaan	
		10.25-14.15	Himpunan Data (IKMS)	Menginput data IKMS	
20.	Jum’at, 12 Agustus 2016	07.00-08.30	Aplikasi Instrumen BK (SOSIOMETRI)	Membuat angket sosiometri	- Jawa
		08.30-09.10	Bimbingan Klasikal	Memberikan layanan Bimbingan	

21.	Senin, 15 Agustus 2016	09.30-11.30 07.15-08.00 08.00-12.00 13.35-14.15	Himpunan Data (IKMS) Buku Pribadi Himpunan Data Aplikasi Instrumen BK (Peminatan, Sosiometri, dan Homevisit)	Klasikal tentang “Potensi Diri” di kelas X IIS 2 Input data prosems, probul IKMS Melengkapi data pribadi siswa yang belum terdata Menginput data IKMS Menyiapkan dan menyebar angket peminatan, sosiometri dan homevisit	
22.	Selasa, 16 Agustus 2016	07.15-08.00 08.15-09.00 10.00-11.30 12.45-13.30	Buku Pribadi Konseling Individual Konseling Individual Kebersihan kelas	Melengkapi data pribadi siswa Mengkonseling siswa kelas X A Mengkonseling siswa kelas X B Menilai kebersihan masing-masing kelas	
23.	Rabu, 17 Agustus 2016	07.00-08.00	Upacara HUT RI	Mengikuti upacara HUT RI	

		09.00-12.00	Pendampingan Tes Narkoba	Mendampingi tes narkoba untuk kelas X dari BNN	<i>- Jawa</i>
24.	Kamis, 18 Agustus 2016	07.15-08.00	Himpunan Data (SOSIOMETRI)	Menginput data sosiometri	<i>- Jawa</i>
		08.00-10.15	Piket Perpustakaan	Piket menempel artikel-artikel di kertas	<i>- Jawa</i>
		10.30-12.00	Himpunan Data (IKMS)	Menginput data probul, proming IKMS	<i>- Jawa</i>
		13.30-14.15	Himpunan Data (SOSIOMETRI)	Menginput data sosiometri	<i>- Jawa</i>
25.	Jum'at, 19 Agustus 2016	07.30-08.00	Himpunan Data (IKMS)	Input data IKMS kelas X	<i>- Jawa</i>
		08.00-10.00	Persiapan psikotes kelas X	Menyiapkan presensi dan konsumsi	<i>- Jawa</i>
		07.30-08.00	Himpunan Data (SOSIOMETRI)	Input data sosiometri kelas X IIK	<i>- Jawa</i>
26.	Senin, 22 Agustus 2016	08.00-10.00	Konsultasi RPL	Konsultasi RPL dengan GPL terkait Bimbingan Kelompok	<i>- Jawa</i>
		09.00-11.30	Himpunan Data (IKMS)	Input data promes, probul IKMS	<i>- Jawa</i>
		11.30-12.30	Bimbingan dengan DPL	Konsultasi dan bimbingan dengan DPL	<i>- Jawa</i>
		13.00-14.15	Himpunan Data (SOSIOMETRI)	Input data sosiometri kelas X IIK	<i>- Jawa</i>

27.	Selasa, 23 Agustus 2016	07.30-10.00 10.00-12.00 12.15-14.15	Himpunan Data (IKMS dan SOSIOMETRI) Konsultasi RPL Piket Harian	Input data sosiometri dan ikms Konsultasi RPL dengan GPL tentang Bimbingan Kelompok Jaga piket di ruang piket	- <i>per</i>
28.	Rabu, 24 Agustus 2016	07.30-08.30 08.30-10.25 10.25-12.15 12.30-13.30	Himpunan Data (SOSIOMETRI) Konsultasi RPL Piket Harian Bimbingan Kelompok	Input data sosiometri kelas X Menyiapkan RPL dan materinya Jaga piket di ruang piket Bimbingan Kelompok dengan 6 siswa, 3 siswa dari kelas X MIPA 1 dan 3 siswa dari kelas X MIPA 3	- <i>per</i>
29.	Kamis, 25 Agustus 2016	07.30-08.00 08.00-10.00	Himpunan Data (IKMS) Piket Perpustakaan	Input data IKMS Jaga piket perpus	
30.	Jum'at, 26 Agustus 2016	07.30-08.30	Himpunan Data (IKMS)	Melengkapi data IKMS yang masih kurang	- <i>per</i>

31.	Senin, 29 Agustus 2016	09.30-10.00 -	Himpunan Data (daftar PTN) SAKIT	Menyiapkan data daftar PTN alumni 2015/2016 SAKIT	
32	Selasa, 30 Agustus 2016	07.30-09.00 09.00-12.00 12.15-14.15	Himpunan Data (IKMS) Penyusunan Laporan Piket Harian	Input data probul, prosems IKMS Menyusun laporan PPL Jaga piket di ruang piket	- <i>[Signature]</i>
33.	Rabu, 31 Agustus 2016	07.30-10.25 10.25-12.00 11.00-11.30	Penyusunan Laporan Piket Harian Konsultasi dengan DPL	Menyusun laporan PPL Jaga piket di ruang piket Menanyakan yang berkaitan dengan PPL seperti, evaluasi program, kegiatan PPL, media untuk informasi dan penyusunan laporan	- <i>[Signature]</i>
34.	Kamis, 1 September	07.15-08.00 08.00-10.00	Penyusunan Laporan Piket Perpustakaan	Menyusun laporan PPL Piket	

	2016	10.00-13.00	Layanan Informasi	Pembuatan Brosur	<i>- New</i>
35.	Jum'at, 2 September 2016	07.30-08.30 09.30-11.00 11.00-13.00	Himpunan Data (IKMS) Penyusunan Laporan Layanan Informasi	Input data IKMS yang masih kurang Menyusun laporan PPL Pembuatan Brosur	<i>- New</i>
36.	Senin, 5 September 2016	07.30-12.00 13.00-14.30	Penyusunan Laporan Home Visit	Menyusun laporan PPL Berkunjung ke rumah siswa Khoirun Nissa dan Hafsa fitri	<i>- New</i>
37.	Selasa, 6 September 2016	07.30-09.00 09.00-14.00	Persiapan Home Visit Home Visit	Menyiapkan data home visit Berkunjung ke rumah siswa Muhammad Salman dan Muhammad Fanny Muzakki	<i>- New</i>
38.	Rabu, 7 September 2016	09.00-14.30	Home Visit	Berkunjung ke rumah siswa Muhammad Fajar Badrudin	<i>- New</i>

39.	Kamis, 8 September 2016	07.30-12.30	Penyusunan laporan	Menyusun laporan PPL	<i>- New</i>
40.	Jum'at, 9 September 2016	08.00-11.00	Pra Carrer Day	Menghubungi pihak yang akan bekerja sama dengan MAN Yogyakarta 1	<i>- New</i>
41.	Selasa, 13 September 2016	07.00-12.00	Idul Adha 1437H	Kegiatan memotong hewan kurban	<i>- New</i>
42.	Rabu, 14 September 2016	07.30-13.00	Penyusunan Laporan	Menyusun laporan PPL	<i>- New</i>
43.	Kamis, 15 September 2016	07.00-11.00 13.00-14.00	Penyusunan Laporan Layanan Informasi	Menyusun laporan PPL Pembuatan Poster	<i>- New</i>
44	Sabtu, 17 September	08.00-11.00	Penarikan ppl	Penarikan mahasiswa PPL	<i>- New</i>

	2016				
--	------	--	--	--	--

LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM

LAPORAN PELAKSANAAN PROGRAM (LAPELPROG)

PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

2016/2017

NO	JENIS KEGIATAN	WAKTU PELAKSANAAN KEGIATAN	SASARAN	HASIL EVALUASI		ANALISIS	TINDAK LANJUT
				PROSES	HASIL		

1.	Konseling Individu	13 Agustus 2016	Kelas X	1. Identifikasi Masalah (IKMS/Rekomendasi Guru) 2. Pembuatan RPL 3. Pemanggilan Siswa 4. Rekap Data Pribadi 5. Proses Konseling (Tahap Awal, Inti, Tahap Akhir) 6. Pengisian Laiseg dan Laijapen 7. Evaluasi	Keterlambatan : siswa berusaha untuk memperbaiki kesalahannya dan mencoba berusaha untuk tidak terlambat lagi	Siswa dapat mengikuti layanan Konseling Individu dengan baik dan antusias	Konseling Individu jika masih bermasalah
----	--------------------	-----------------	---------	--	---	---	--

2.	Bimbingan Kelompok	24 Agustus 2016	Kelas X	1. Identifikasi Masalah (IKMS/Rekomendasi Guru) 2. Pembuatan RPL 3. Pemanggilan Siswa 4. Rekap Data Pribadi 5. Proses Konseling (Tahap Awal, Inti, Tahap Akhir) 6. Pengisian Laiseg dan Laijapen 7. Evaluasi	Bahaya Rokok, Miras dan Narkoba : siswa dapat memahami dan mengerti tentang bahaya rokok, miras dan narkoba	Siswa yang mengikuti Bimbingan Kelompok sangat interaktif dan antusias saat dilakukannya Bimbingan Kelompok	Bimbingan individu dan Konseling individu yang masih membutuhkan layanan
----	--------------------	-----------------	---------	--	---	---	--

3.	Bimbingan Klasikal	20,21,24 Agustus 2016	Kelas X IPA 1	1. Salam dan pembukaan 2. Memberikan materi tentang tips belajar efektif, konsentrasi belajar dan mengenali potensi diri. 3. Evaluasi 4. Penutup	Siswa dapat memahami materi layanan yang diberikan dan bisa mengevaluasinya	Seluruh siswa sangat aktif dalam diskusi dan banyak yg bertanya terkait tentang materi	Bimbingan individu, konseling individu, bimbingan kelompok dan konseling kelompok yang masih membutuhkan layanan
4.	Media BK	29, 31 Agustus 5, 6, 7 September	Kelas X, XI, XII	Membuat desain, menyusun, meringkas materi untuk leaflet dan membuat figura poster	Leaflet dan Poster	Siswa mengetahui informasi yang ada pada media leaflet dan poster	Layanan Informasi

5.	Aplikasi Instrumen Non Tes (Sosiometri)		Kelas X, XI, XII	Menyebar angket Sosiometri untuk kelas X dan menginput data menggunakan Sosiometri Online yang dikonferensikan ke dalam Microsoft Excell	Input data yang telah dilakukan dapat diketahui tabulasi arah pilihan, sosiogram, data yang memilih, presentase pemilih.	Mengetahui siswa yang terpopuler.	Bimbingan individu, konseling individu, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan bimbingan klasikal
6.	Aplikasi Instrumen Non Tes (IKMS)		Kelas X, XI, XII	Menyebar angket IKMS untuk kelas X dan menginput data menggunakan aplikasi IKMS.	Input data yang telah dilakukan dapat diketahui susunan program, prota, prose, probul, proming, prohar, dan analisis.	Mengetahui siswa yang mempunyai masalah terkecil sampai masalah terberat.	Bimbingan individu, konseling individu, bimbingan kelompok, konseling kelompok dan bimbingan klasikal

7.	Himpunan Data Pribadi Siswa		Kelas X	Rekap kekurangan buku data pribadi siswa berupa identitas siswa, asal sekolah, data kesehatan, data keluarga, data ekonomi, data keluarga, minat dan bakat, serta denah tempat tinggal siswa.	Menyeleksi, menambahkan dan mengkoreksi kekurangan yang ada dalam buku pribadi siswa		Untuk mengetahui data siswa dan homevisit
8.	Himpunan Data Pribadi Alumni		Alumni kelas XII angkatan 2011, 2013,2014 dan 2015	Memilah dan memisahkan tiga lembar kertas berupa data pribadi siswa, data kesehatan, data keluarga serta surat tatieb madrasah, yang kemudian digabungkan menjadi satu.	Menjadikan buku tahunan alumni pada masing-masing angkatan.		Untuk mengetahui alumni yang pernah sekolah di MAN Yogyakarta 1

9.	Himpunan Data yang melanjutkan ke perguruan tinggi		Kelas XII	Merekap data siswa yang akan melanjutkan ke perguruan tinggi	Berupa data jumlah siswa yang memasuki perguruan tinggi baik negeri atau swasta melalui jalur SNMPTN dan SBMPTN.		Untuk menginformasikan kepada adik tingkatnya
10.	Himpunan data pra Homevisit		Kelas XII	Menyatukan data denah rumah yang sesuai dengan guru yang akan homevisit.	Membuat data home visit, menyortir data yang akan dikunjungi terlebih dahulu dari melihat denah yang sudah ada.		Homevisit
11.	Sosialisasi BNN (pengecekan Urin)		Kelas X	Mendampingi kegiatan sosialisasi	Siswa bergantian untuk di cek urin apakah ada yang mengkonsumsi minuman keras dan narkoba.		

12.	Home Visit	5, 6, 7 September	Kelas XII	Mendampingi Guru melaksanakan program home visit.	Orang tua dapat memahami kondisi anaknya disekolah serta Orang tua dapat mengetahui informasi terkait ujian nasional dan persiapan masuk perguruan tinggi.		Konseling individu untuk siswa dan orang tua
-----	------------	-------------------	-----------	---	--	--	--

LAMPIRAN ABSENSI SISWA



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA I

Jalan C. Simanjuntak Nomor 60, Yogyakarta
Telepon (0274) 513327, (0274) 555159, Faximile (0274) 513327
Website : www.manyogya1.sch.id; Email: info@manyogya1.sch.id

DAFTAR HADIR SISWA
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

MATA PELAJARAN : Bk.....
MATERI : Lajaran Pelajaran

KELAS : X IPS 1
WALI KELAS : Masayu Nurul A, S.Ant

NO	NIS	NAMA	JK	TANGGAL PERTEMUAN			JUMLAH
				S	I	A	
1	1611660	AFIFAH MAHIRA ZAHRA	P				
2	1611661	ALIFAH PUTRI RACHMASARI	P	✓			
3	1611662	AGLIS VARA PRANIDHANA	P	✓			
4	1611663	ANIQUN SAIDATUL MU'ALIMAH	P	✓			
5	1611664	ELISA ADELIA ANGGRAIN	P	✓			
6	1611665	HAFI RODLIYA	P	✓			
7	1611666	INDIRA LUTHFIE HANIFAH	P	✓			
8	1611667	MAHARANI BALQIS	P	✓			
9	1611668	MAITSA SAFIRA NURAINI	P	✓			
10	1611669	MILHA NIAMI MAULINDA	P	✓			
11	1611670	NURFITRI ANDANI	P	✓			
12	1611671	RIZKY AZZAHRA TRISNANDA	P	✓			
13	1611672	RUSYDINA ATIKA PRABAWATI	P	✓			
14	1611673	SITI NUR ZAHRA	P	✓			
15	1611674	THIBNA FUADANA	P	✓			
16	1611675	YUSFI ANNI	P	✓			
17	1611676	A.IQBAL MADANI	L	✓			
18	1611677	ALWAN ABDUL AZIZ	L	S			
19	1611678	FAISHAL HUSAINI	L	✓			
20	1611679	FAYADHIKO WICAKSONO	L	✓			
21	1611680	HAMMAM ABDUL GANI	L	✓			
22	1611681	IRSYAD IRVAN FUADI	L	✓			
23	1611682	MAULANA REZA ARIFFIN PRAWIRANEGERA	L	✓			
24	1611683	MUHAMMAD ARIF RAHMAN HAKIM	L	✓			
25	1611684	MUHAMMAD IDRIS BAFADHOL	L	✓			
26	1611685	MUHAMMAD RAKAN ALFATHAN	L	✓			
27	1611686	MUHAMMAD RIFAN JUNGKI DAUSAT	L	✓			
28	1611687	MUHAMMAD RIZKI AULIA GHIFARI	L	✓			
29	1611688	RIZKI PUTRA QALBI ARDIAWANDA	L	✓			
30	1611689	RIZQI FARIDYAN HILMI	L	✓			

Perempuan	16
Laki - laki	14
Jumlah	30

Yogyakarta, 10...Agustus..2016
Guru Mata Pelajaran

(Angga Bagus D.....)
NIP.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1
Jalan C. Simanjuntak Nomor 60, Yogyakarta
Telepon (0274) 513327, (0274) 555159, Faximile (0274) 513327
Website : www.manyoga1.sch.id; Email: info@manyoga1.sch.id

DAFTAR HADIR SISWA
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

MATA PELAJARAN : Bimbingan dan Konseling
MATERI : Mengenali Potensi Diri
KELAS : X IPS 2
WALI KELAS : Retno Wardani, M.Pd.I

NO	NIS	NAMA	JK	TANGGAL PERTEMUAN			JUMLAH
				S	I	A	
1	1611690	ADINDA FAJAR SEPTYANI	P	✓			
2	1611691	AFATUN MUNTAZA	P	✓			
3	1611692	AMANDA FEBRIA DEVANIE	P	✓			
4	1611693	APRILIA NURUL BAITY	P	✓			
5	1611694	ARIFAH ISNAINI	P	✓			
6	1611695	ARMY ATIKA DERMAWAN	P	✓			
7	1611696	DWIYA ELSA YULIANTI	P	✓			
8	1611697	FATIN NISRINA MUTI	P	✓			
9	1611698	FENY FEBRIYANTI EFFENDY	P	✓			
10	1611699	HIDAYAH NUR FATHIMAH	P	✓			
11	1611700	MUNA NUR FAIZAH	P	✓			
12	1611701	NOVI NUR HIDAYAH	P	✓			
13	1611702	OKTI SULISTIAN SARI	P	✓			
14	1611703	RIZA AMELIA JASMIN	P	✓			
15	1611704	ACHMAD MUQIBBIN RIZQON RAFLI	L	✓			
16	1611705	AKBAR KHAYIM SUBARKAH	L	✓			
17	1611706	ALIF ZAIDAN UTOMO	L	✓			
18	1611707	AULIA DHIYA ULHAQ	L	✓			
19	1611708	DIODA ASHAAB EL YAMIN	L	✓			
20	1611709	FAISAL CHAN	L	✓			
21	1611710	DZIKRI NURROHMAN	L	✓			
22	1611711	EVRAHEEM MUHAMMAD SAFSYA	L	✓			
23	1611712	FAIRUZ HIBATULLAH TIARMOKO	L				
24	1611713	MUHAMMAD HAMID MA'RUF	L	✓			
25	1611714	MUHAMMAD ILYAS	L	✓			
26	1611715	MUHAMMAD ZAID AL KHOIR	L	✓			
27	1611716	PUTRA RAMAWWAL AQIL	L	✓			
28	1611717	RINO RINATZA ZAIN	L				
29	1611718	RIZQIAN SYAH ULTSANI	L	✓			
30	1611719	TAHTA AUNI AKBAR	L	✓			

Perempuan	14
Laki - laki	16
Jumlah	30

Yogyakarta,
Guru Mata Pelajaran

(Angga Bagus D.....)
NIP.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA

MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA I

Jalan C. Simanjuntak Nomor 60, Yogyakarta

Telepon (0274) 513327, (0274) 555159, Faximile (0274) 513327

Website : www.manyogyal.sch.id; Email: info@manyogyal.sch.id

DAFTAR HADIR SISWA
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

MATA PELAJARAN : Bimbingan dan Konseling
MATERI : Bimbingan Klasikal (konseling)
KELAS : X IPS 3
WALI KELAS : Drs. Tri Suwanto

NO	NIS	NAMA	JK	TANGGAL PERTEMUAN			JUMLAH
				S	I	A	
1	1611720	ALIEFIA CHAIRUNISA UTAMI	P	✓			
2	1611721	AMALIA PUSPARANI	P	✓			
3	1611722	ANNISA ZAHRA NUR UMAR	P	✓			
4	1611723	ELRISA MAHARANI	P	✓			
5	1611724	FATIKA CHANDRA ANNISA	P	✓			
6	1611725	HANI SUCIATI	P	✓			
7	1611726	LU'LU' ARIIBA DHIYA JANNAH	P	✓			
8	1611727	NI KOMANG TARA NISA ARYANTI	P	✓			
9	1611728	NURUL BAITI MUHARRIMAH	P	✓			
10	1611729	PUTRI NOVITA UTAMI	P	✓			
11	1611730	RR. ADHIFA MAHESWARI K	P	✓			
12	1611731	SAHNICHA FIRDAUS	P	✓			
13	1611732	SARWENDAH PUTRI LARASATI	P	✓			
14	1611733	SAUQI BIRU FITRIA	P	✓			
15	1611734	SHAFIRA NAURA RAHMAWATI	P	✓			
16	1611735	ACHMAD IRFAN FIKRI	L	✓			
(17)	1611736	ADITYA BAGUS KURNIAWAN	L				
(18)	1611737	DANANG DIZARAHADI	L	✓			
(19)	1611738	FARHAN MUDHAKIR	L				
20	1611739	FARKHAN AZIS KUSUMA ADJIE	L	✓			
21	1611740	IQBAL HANIFAN	L	✓			
22	1611741	IRSYAD SEDDY MUWAFFIQ	L	✓			
23	1611742	ISMAIL AS'AD TARIDI	L	✓			
24	1611743	MUH FAIRAZ RHANANDA	L	✓			
25	1611744	MUHAMMAD FAIZ LUQMANUL	L	✓			
26	1611745	MUHAMMAD FATH MAULANA	L	✓			
27	1611746	MUHAMMAD JUNDY NDYMURTI	L	✓			
28	1611747	MUHAMMAD ZAHREN RIZQULLAH	L	✓			
29	1611748	RIFKY BUDI DARMAWAN	L	✓			
30	1611749	RIFQI ALKAMIL	L	✓			
31	1611750	SULTAN ABI FAHREZI	L	✓			

Perempuan	15
Laki - laki	16
Jumlah	31

Yogyakarta, 11...Agustus.2016
Guru Mata Pelajaran

LAMPIRAN IDENTIFIKASI MASALAH SISWA (IKMS)

ANALISA HASIL IKMS

Sekolah		:	MAN YOGYAKARTA 1					
Kelas		:	Siswa Kelas X MIPA.1					
LAYANAN	BIDANG	NO	KEBUTUHAN DAN MASALAH	NOMOR KODE KONSELI	JUMLAH RESPON DEN	PROSENTASE	DERAJAT MASALAH (PRIORITY)	
ORIENTASI	PRIBADI	1	Ingin mengenal lebih dalam tentang fasilitas kesehatan yang disediakan sekolah.	10A 47,10A 49,10A 52,10A 53,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 74,	11	0,36667	TINGGI	
		2	Sukar menyesuaikan diri dengan keadaan sekolah.	10A 53,10A 66,10A 67,10A 75,	4	0,13333	SEDANG	
		3	Ingin mengenali lebih dalam pada sarana dan kegiatan ibadah yang ada di sekolah.	10A 47,10A 49,10A 52,10A 53,10A 56,10A 59,10A 61,10A 63,10A 64,10A 66,10A 68,10A 74,	12	0,4	TINGGI	
		4	Kurang mengenal jenis kegiatan sekolah yang bisa digunakan untuk mengisi waktu senggang.	10A 49,10A 52,10A 54,10A 56,10A 59,10A 60,10A 63,10A 64,10A 65,10A 67,10A 68,10A 74,10A 75,	13	0,43333	SEGERA	
		5	Kurang mengenal tentang koperasi dan kantin sekolah.	10A 47,10A 51,10A 52,10A 53,10A 55,10A 56,10A 58,10A 63,10A 64,10A 67,10A 68,10A 72,10A 74,	13	0,43333	SEGERA	
						0	0	
	SOSIAL	SOSIAL	6	Ingin mengenal lebih dalam dengan teman dalam satu kelas.	10A 46,10A 47,10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 60,10A 61,10A 62,10A 64,10A 65,10A 66,10A 68,10A 69,10A 74,	19	0,63333	SEGERA
			7	Ingin mengetahui tentang kegiatan solidaritas yang menjadi program sekolah.	10A 46,10A 47,10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 59,10A 61,10A 63,10A 64,10A 66,10A 68,10A 74,10A 75,	14	0,46667	SEGERA
			8	Kurang mengetahui organisasi yang ada di sekolah.	10A 50,10A 52,10A 53,10A 58,10A 63,10A 67,10A 68,10A 74,10A 75,	9	0,3	TINGGI
			9	Ingin mengenal lebih dalam dengan semua guru dan karyawan di sekolah.	10A 46,10A 47,10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 68,10A 69,10A 72,10A 74,	16	0,53333	SEGERA
10			Ingin mengenal dengan keanggotaan komite sekolah.	10A 52,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 68,10A 74,	7	0,23333	TINGGI	
					0	0		
BELAJAR	BELAJAR	11	Ingin mengenal tentang struktur kurikulum yang berlaku saat ini.	10A 46,10A 47,10A 52,10A 63,10A 66,10A 68,10A 74,	7	0,23333	TINGGI	
		12	Ingin mengenal program yang diselenggarakan sekolah dalam meningkatkan kemampuan berbahasa asing.	10A 47,10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 60,10A 61,10A 62,10A 63,10A 66,10A 68,10A 72,10A 74,	17	0,56667	SEGERA	
		13	Ingin mengetahui sarana multimedia yang ada di sekolah.	10A 46,10A 47,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 56,10A 59,10A 61,10A 63,10A 64,10A 65,10A 66,10A 68,10A 69,10A 74,10A 75,	17	0,56667	SEGERA	
		14	Ingin mengenal program sekolah berkaitan dengan kemampuan TIK siswa.	10A 49,10A 52,10A 53,10A 56,10A 59,10A 61,10A 63,10A 64,10A 66,10A 68,10A 74,	10	0,33333	TINGGI	
		15	Kurang mengenal semua fasilitas yang mendukung proses belajar di sekolah.	10A 48,10A 51,10A 52,10A 53,10A 63,10A 64,10A 74,10A 75,	8	0,26667	TINGGI	
					0	0		
KARIR	KARIR	16	Membutuhkan pengenalan ekstrakurikuler yang menunjang belajar saya.	10A 46,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 56,10A 58,10A 59,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 67,10A 68,10A 69,10A 72,10A 74,10A 75,	18	0,6	SEGERA	
		17	Ingin mengenal pekerjaan yang berkaitan dengan kesehatan yang mendukung cita-cita saya.	10A 46,10A 49,10A 50,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 61,10A 62,10A 64,10A 66,10A 74,	14	0,46667	SEGERA	
		18	Ingin mengenal tentang jenis pekerjaan jasa.	10A 49,10A 52,10A 61,10A 68,10A 74,	5	0,16667	SEDANG	
		19	Ingin mengenal tentang sistem belajar di perguruan tinggi.	10A 46,10A 47,10A 48,10A 49,10A 50,10A 51,10A 52,10A 53,10A 55,10A 56,10A 58,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 67,10A 68,10A 69,10A 74,10A 75,	23	0,76667	SEGERA	
		20	Ingin mengetahui syarat memasuki pada studi lanjut.	10A 46,10A 47,10A 48,10A 49,10A 50,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 57,10A 58,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 67,10A 68,10A 74,	22	0,73333	SEGERA	
					0	64 0		
INFORMASI	PRIBADI	21	Membutuhkan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja.	10A 46,10A 49,10A 51,10A 53,10A 56,10A 58,10A 59,10A 63,10A 68,10A 72,10A 74,10A 75,	12	0,4	TINGGI	
		22	Ingin mengetahui tentang obat-obatan terlarang dan dampaknya.	10A 46,10A 52,10A 56,10A 62,10A 63,10A 67,10A 68,	7	0,23333	TINGGI	

INFORMASI	PRIBADI	21	Membutuhkan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja.	10A 46,10A 49,10A 51,10A 53,10A 56,10A 58,10A 59,10A 63,10A 68,10A 72,10A 74,10A 75,	12	0,4	TINGGI
		22	Ingin mengetahui tentang obat-obatan terlarang dan dampaknya.	10A 46,10A 52,10A 56,10A 62,10A 63,10A 67,10A 68,	7	0,23333	TINGGI
		23	Membutuhkan informasi tentang kultur sekolah.	10A 46,10A 51,10A 52,10A 56,10A 59,10A 63,10A 68,10A 74,	8	0,26667	TINGGI
		24	Kekurangan informasi tentang cara mengisi waktu luang.	10A 47,10A 54,10A 63,10A 69,10A 72,10A 74,10A 75,	7	0,23333	TINGGI
		25	Membutuhkan informasi pekerjaan yang bisa dilakukan sambil belajar.	10A 46,10A 49,10A 51,10A 54,10A 55,10A 59,10A 61,10A 63,10A 64,10A 65,10A 66,10A 67,10A 68,10A 74,10A 75,	15	0,5	SEGERA
	SOSIAL	26	Membutuhkan informasi tentang cara berkomunikasi yang baik.	10A 46,10A 51,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 63,10A 66,10A 68,10A 74,	11	0,36667	TINGGI
		27	Ingin mengetahui cara membina hubungan baik dengan teman lawan jenis.	10A 46,10A 48,10A 49,10A 51,10A 53,10A 54,10A 55,10A 57,10A 60,10A 62,10A 63,10A 65,10A 68,10A 69,10A 74,	15	0,5	SEGERA
		28	Membutuhkan keterangan tentang persoalan seks, pacaran, dan perkawinan.	10A 46,10A 49,10A 51,10A 58,10A 68,10A 72,10A 74,	7	0,23333	TINGGI
		29	Membutuhkan informasi tentang bagaimana melepaskan diri dari lingkungan pertemanan yang kurang mendukung cita-cita.	10A 46,10A 48,10A 49,10A 51,10A 53,10A 56,10A 59,10A 62,10A 67,10A 68,10A 69,10A 74,10A 75,	13	0,43333	SEGERA
		30	Ingin mengetahui tentang sikap yang harus dilakukan saat berbeda pendapat dengan orang tua.	10A 46,10A 47,10A 50,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 56,10A 59,10A 63,10A 65,10A 67,10A 74,10A 75,	14	0,46667	SEGERA
						0	0
	BELAJAR	31	Kekurangan informasi tentang kesulitan menumbuhkan semangat belajar yang menurun.	10A 46,10A 47,10A 51,10A 53,10A 56,10A 59,10A 63,10A 68,10A 74,10A 75,	10	0,33333	TINGGI
		32	Membutuhkan informasi tentang cara belajar yang efektif dan efisien.	10A 46,10A 47,10A 48,10A 51,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 60,10A 62,10A 63,10A 65,10A 66,10A 68,10A 69,10A 74,	17	0,56667	SEGERA
		33	Kurang mengetahui cara memanfaatkan TIK dalam belajar.	10A 46,10A 47,10A 49,10A 52,10A 53,10A 63,10A 66,10A 68,10A 72,10A 74,	10	0,33333	TINGGI
		34	Membutuhkan informasi tentang cara mempersiapkan diri menghadapi tes / ujian.	10A 46,10A 49,10A 53,10A 54,10A 56,10A 59,10A 60,10A 62,10A 63,10A 65,10A 74,	11	0,36667	TINGGI
		35	Membutuhkan informasi cara belajar kelompok.	10A 47,10A 52,10A 53,10A 56,10A 62,10A 63,10A 68,10A 69,	8	0,26667	TINGGI
	KARIR	36	Kekurangan informasi tentang bagaimana memilih kegiatan ekstra kurikuler yang cocok.	10A 46,10A 48,10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 57,10A 58,10A 59,10A 60,10A 63,10A 66,10A 67,10A 68,10A 72,10A 75,	18	0,6	SEGERA
		37	Membutuhkan informasi tentang berbagai jenis pekerjaan yang memiliki prospek bagus di masa depan.	10A 46,10A 47,10A 48,10A 49,10A 51,10A 53,10A 54,10A 56,10A 58,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 67,10A 68,10A 69,10A 74,	19	0,63333	SEGERA
		38	Ingin mengetahui tentang cara menyusun persyaratan melamar pekerjaan.	10A 49,10A 51,10A 52,10A 55,10A 56,10A 58,10A 59,10A 61,10A 63,10A 64,10A 65,10A 66,10A 67,10A 68,10A 72,10A 74,	15	0,5	SEGERA
		39	Kekurangan informasi tentang pendidikan lanjutan yang dapat dimasuki setamat sekolah ini.	10A 47,10A 49,10A 53,10A 56,10A 58,10A 62,10A 64,10A 66,10A 67,10A 74,	10	0,33333	TINGGI
		40	Membutuhkan informasi tentang strategi memasuki pendidikan lanjutan.	10A 46,10A 47,10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 64,10A 65,10A 66,10A 67,10A 68,10A 69,10A 72,10A 74,	20	0,66667	SEGERA

PENEMPA TAN DAN PENYALU RAN	PRIBADI	41	Memiliki kelemahan pada pendengaran / penglihatan, untuk itu ingin pindah duduk di depan.	10A 51,10A 52,10A 56,10A 67,	4	0,13333	SEDANG
		42	Kurang senang dengan kondisi kelas.	10A 51,10A 53,10A 63,10A 72,	4	0,13333	SEDANG
		43	Tidak mempunyai kawan akrab untuk bersama dalam beribadah.	10A 53,	1	0,03333	RENDAH
		44	Tidak mempunyai kawan akrab untuk bersama-sama mengisi waktu senggang.	10A 51,10A 53,10A 72,	3	0,1	RENDAH
		45	Bingung memilih antara melanjutkan atau tidak, karena keadaan ekonomi keluarga yang sedang menurun.	10A 63,10A 72,	2	0,06667	RENDAH
	SOSIAL	46	Kurang senang dengan teman sebangku.	10A 51,10A 53,10A 75,	3	0,1	RENDAH
		47	Tidak lincah dan kurang mengetahui tata krama pergaulan.	10A 53,10A 67,10A 68,	3	0,1	RENDAH
		48	Bingung memilih di antara dua orang yang sama-sama disenangi.	10A 50,10A 53,10A 63,10A 66,10A 72,	5	0,16667	SEDANG
		49	Tidak betah dengan keadaan lingkungan rumah yang ramai.	10A 51,	1	0,03333	RENDAH
		50	Sulit memilih antara ikut ayah atau ibu yang sekarang sudah berpisah.	10A 61,	1	0,03333	RENDAH
	BELAJAR	51	Kurang meminati pelajaran atau program jurusan yang dimasuki.	10A 72,10A 75,	2	0,06667	RENDAH
		52	Sulit menentukan teknik belajar yang sesuai dengan diri saya.	10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 58,10A 59,10A 63,10A 65,10A 67,10A 75,	11	0,36667	TINGGI
		53	Tidak nyaman belajar di rumah yang kondisinya sempit.	10A 51,10A 63,10A 72,	3	0,1	RENDAH
		54	Kelompok belajar tidak cocok.	10A 53,10A 56,	2	0,06667	RENDAH
		55	Tidak tenang bila duduk di depan, untuk itu ingin pindah ke belakang.	10A 69,	1	0,03333	RENDAH
	KARIR	56	Ingin mengikuti kegiatan pelatihan atau kursus tertentu yang benar-benar menunjang proses mencari dan melamar pekerjaan setamat pendidikan.	10A 46,10A 49,10A 51,10A 52,10A 56,10A 62,10A 66,10A 67,10A 68,10A 69,10A 72,10A 74,	12	0,4	TINGGI
		57	Bingung memilih lembaga kursus belajar yang sesuai.	10A 49,10A 51,10A 55,	3	0,1	RENDAH
		58	Wajib mengikuti kegiatan ekstra kurikuler yang tidak saya sukai.	10A 50,10A 63,10A 68,	3	0,1	RENDAH
		59	Pesimis masuk di sekolah karena masa depan tidak jelas.	10A 63,	1	0,03333	RENDAH
		60	Belum memiliki rencana yang pasti untuk pemilihan pendidikan lanjutan.	10A 47,10A 54,10A 58,10A 60,10A 63,10A 66,10A 67,10A 69,10A 72,10A 74,	10	0,33333	TINGGI

PENGUAS AAN KONTEN	PRIBADI	61	Kurang percaya diri dengan bentuk tubuh yang saya miliki.	10A 53,10A 58,10A 60,10A 66,10A 69,10A 72,	6	0,2	SEDANG
		62	Kurang mampu mengendalikan diri, berpikir dan bersikap positif.	10A 46,10A 47,10A 52,10A 53,10A 57,10A 59,10A 62,10A 63,10A 65,10A 66,10A 67,	11	0,36667	TINGGI
		63	Ingin bisa meningkatkan ibadah keagamaan.	10A 46,10A 48,10A 49,10A 50,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 66,10A 68,10A 69,10A 72,10A 74,10A 75,	20	0,66667	SEGERA
		64	Kurang bisa memanfaatkan waktu senggang.	10A 46,10A 47,10A 51,10A 52,10A 56,10A 59,10A 68,10A 75,	8	0,26667	TINGGI
		65	Tidak mampu mengelola uang saku dengan baik.	10A 47,10A 53,10A 54,10A 60,10A 63,10A 65,10A 75,	7	0,23333	TINGGI
	SOSIAL	66	Sulit mematuhi tata tertib sekolah.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
		67	Sulit mendengarkan dan memahami pendapat orang lain.	10A 50,10A 52,	2	0,06667	RENDAH
		68	Kesulitan bila berbicara dengan lawan jenis.	10A 49,10A 52,10A 53,10A 59,10A 62,10A 63,	6	0,2	SEDANG
		69	Tidak bisa melihat kebaikan orang lain dan menirunya.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		70	Sulit memelihara pakaian dan peralatan rumah tangga yang dimiliki.	10A 63,10A 72,10A 75,	3	0,1	RENDAH
	BELAJAR	71	Sulit menyusun jadwal belajar di rumah dan di sekolah.	10A 47,10A 54,10A 63,10A 75,	4	0,13333	SEDANG
		72	Sering kali tidak siap menghadapi ujian.	10A 59,10A 74,	2	0,06667	RENDAH
		73	Sulit membuat laporan kegiatan / tugas pelajaran.	10A 51,10A 54,10A 67,10A 68,10A 74,	5	0,16667	SEDANG
		74	Ingin menghilangkan rasa takut saat mengikuti pelajaran.	10A 48,10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 63,10A 66,10A 72,	8	0,26667	TINGGI
		75	Sulit bertanya dan menjawab di dalam kelas.	10A 53,10A 60,10A 69,	3	0,1	RENDAH
	KARIR	76	Banyak pamphlet sekolah lanjutan yang saya baca, tetapi belum satupun yang menarik perhatian dan minat saya.	10A 69,	1	0,03333	RENDAH
		77	Ingin menyalurkan bakat yang mengarah karier tertentu.	10A 47,10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 62,10A 63,10A 64,10A 65,10A 66,10A 72,	12	0,4	TINGGI
		78	Mengalami kesulitan menyalurkan hobi karena keterbatasan fisik.	10A 53,	1	0,03333	RENDAH
		79	Saya memiliki kebiasaan-kebiasaan kurang baik yang menghambat dalam menyalurkan bakat.	10A 46,10A 50,10A 53,10A 56,10A 68,10A 72,	6	0,2	SEDANG
		80	Tidak memiliki kemampuan mengirim pendaftaran pendidikan lanjutan secara online.	10A 49,10A 68,10A 74,	3	0,1	RENDAH
	KONSELING PERORANGAN	81	Saya malu dan kurang terbuka dalam membicarakan masalah seks, pacar dan jodoh.	10A 47,10A 50,10A 52,10A 53,10A 67,10A 68,	6	0,2	SEDANG
		82	Saya selalu khawatir tidak mendapatkan pacar atau jodoh yang baik/cocok.	10A 63,10A 72,	2	0,06667	RENDAH
		83	Saya mengalami masalah setiap hendak pergi ke tempat peribadatan.	10A 68,10A 72,	2	0,06667	RENDAH
		84	Saya merasa bingung akan melakukan kegiatan apa, sepulang sekolah atau saat libur sekolah.	10A 51,10A 52,10A 55,10A 56,10A 63,10A 69,	6	0,2	SEDANG
		85	Saya mengalami kesulitan masalah keuangan keluarga.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
	SOSIAL	86	Merasa diperhatikan, dibicarakan atau diperolokkan orang lain.	10A 51,10A 53,10A 66,10A 69,	4	0,13333	SEDANG
		87	Cinta saya tidak ditanggapi oleh orang yang saya cintai.	10A 52,10A 63,10A 72,	3	0,1	RENDAH
		88	Bingung ingin memutus hubungan dengan pacar yang sekarang tidak ada kecocokan.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		89	Minder dengan teman di kelas.	10A 46,10A 51,10A 53,10A 75,	4	0,13333	SEDANG
		90	Orang tua tidak menghendaki saya sekolah di sekolah ini.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
	BELAJAR	91	Takut bertanya / menjawab di kelas.	10A 52,10A 53,10A 69,10A 72,	4	0,13333	SEDANG
		92	Setiap belajar sulit masuk / memahami.	10A 51,10A 52,10A 63,10A 65,	4	0,13333	SEDANG
		93	Tidak semangat belajar karena fasilitas belajar kurang memadai.	10A 52,10A 63,10A 72,	3	0,1	RENDAH
		94	Merasa sebagai anak yang paling bodoh di kelas.	10A 68,	1	0,03333	RENDAH
		95	Orang tua kurang peduli terhadap kegiatan belajar saya.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM

BIMBINGAN N KELOMPOK	PRIBADI	101	Ingin mengetahui bahaya rokok, miras dan narkoba.	10A 51,10A 56,10A 62,10A 65,10A 68,10A 72,10A 74,	7	0,23333	TINGGI
		102	Kurang memahami adanya perbedaan individu.	10A 50,10A 53,10A 72,	3	0,1	RENDAH
		103	Ingin tahu penyebab dan dampak tawuran.	10A 51,	1	0,03333	RENDAH
		104	Ingin mengetahui cara mengisi waktu luang dengan kegiatan positif.	10A 46,10A 47,10A 48,10A 49,10A 51,10A 52,10A 55,10A 56,10A 59,10A 62,10A 63,10A 68,10A 69,10A 74,	14	0,46667	SEGERA
		105	Ingin mengetahui bagaimana caranya untuk memperoleh beasiswa untuk meringankan beban biaya sekolah	10A 49,10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 58,10A 59,10A 60,10A 62,10A 63,10A 64,10A 66,10A 68,10A 72,10A 75,	15	0,5	SEGERA
	SOSIAL	106	Ingin tahu tentang toleransi dan solidaritas.	10A 46,10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 59,10A 66,10A 74,	8	0,26667	TINGGI
		107	Kurang mengetahui tentang bagaimana hubungan muda-mudi yang wajar dan sehat.	10A 54,10A 60,10A 65,10A 67,	4	0,13333	SEDANG
		108	Membutuhkan penjelasan tentang mengendalikan perasaan cinta dan pacaran.	10A 52,10A 54,10A 56,10A 57,10A 63,10A 72,10A 74,	7	0,23333	TINGGI
		109	Kurang mengetahui bagaimana sebaiknya saya berperan dalam lingkungan di sekitar rumah.	10A 51,10A 52,10A 53,10A 59,10A 69,10A 72,	6	0,2	SEDANG
		110	Kurang tahu dampak kebiasaan sehari-hari di rumah terhadap cita-cita.	10A 47,10A 49,10A 50,10A 52,10A 62,10A 65,10A 66,10A 72,	8	0,26667	TINGGI
BELAJAR	BELAJAR	111	Tidak tahu kiat-kiat belajar mandiri.	10A 52,10A 53,	2	0,06667	RENDAH
		112	Ingin memanfaatkan secara maksimal buku-buku yang ada di perpustakaan.	10A 47,10A 51,10A 53,10A 54,10A 56,10A 59,10A 61,10A 62,10A 63,10A 66,10A 68,10A 74,	12	0,4	TINGGI
		113	Ingin tahu cara membuat suasana belajar di kelas menjadi nyaman.	10A 46,10A 48,10A 50,10A 51,10A 52,10A 53,10A 54,10A 55,10A 56,10A 59,10A 61,10A 63,10A 65,10A 66,10A 68,10A 72,	16	0,53333	SEGERA
		114	Ingin mengetahui dampak menyontek pada saat ulangan bagi masa depan.	10A 51,10A 56,10A 62,	3	0,1	RENDAH
		115	Kurang yakin terhadap kemampuan pendidikan sekarang ini dalam menyiapkan jabatan tertentu.	10A 49,10A 56,10A 72,	3	0,1	RENDAH
KARIR	KARIR	116	Kurang memahami tentang bagaimana cara memilih pekerjaan.	10A 49,10A 50,10A 51,10A 66,10A 67,	5	0,16667	SEDANG
		117	Ingin lebih tahu lebih dalam mengenai banyaknya penipuan lowongan pekerjaan yang ada pada media.	10A 49,10A 51,10A 56,10A 59,10A 62,10A 66,10A 67,10A 68,10A 72,10A 74,	10	0,33333	TINGGI
		118	Ingin tahu lebih dalam mengenai pasar bursa dan persyaratannya.	10A 62,10A 66,10A 68,10A 74,	4	0,13333	SEDANG
		119	Kurang memahami pengaruh pendidikan dengan keberhasilan dalam karier.	10A 51,10A 65,10A 66,10A 72,	4	0,13333	SEDANG
		120	Memiliki rasa pesimis dengan semakin ketatnya persaingan dalam masuk pendidikan lanjutan.	10A 46,10A 50,10A 63,10A 72,	4	0,13333	SEDANG

KONSELING KELOMPOK	PRIBADI	121	Merasa secara jasmaniah kurang menarik.	10A 53,10A 69,	2	0,06667	RENDAH
		122	Sering murung dan merasa tidak bahagia.	10A 55,10A 67,10A 68,10A 72,	4	0,13333	SEDANG
		123	Dilanda ketakutan akibat pernah melanggar norma agama.	10A 68,	1	0,03333	RENDAH
		124	Kurang berminat atau tidak ada hal yang menarik dalam memanfaatkan waktu senggang yang ada.	10A 51,10A 52,10A 68,	3	0,1	RENDAH
		125	Mengalami masalah karena ingin berpenghasilan sendiri.	10A 49,10A 51,10A 68,	3	0,1	RENDAH
	SOSIAL	126	Mudah tersinggung atau sakit hati dalam berhubungan dengan orang lain.	10A 49,10A 52,10A 72,	3	0,1	RENDAH
		127	Kurang mendapat perhatian dari lawan jenis.	10A 52,10A 63,	2	0,06667	RENDAH
		128	Pernyataan cinta saya ditolak secara terang-terangan.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		129	Bermasalah karena di rumah ada anggota keluarga lain.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		130	Ingin mengatasi kondisi keluarga yang sedang dilanda prahara.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
	BELAJAR	131	Mengalami masalah dalam pemahaman penggunaan bahasa / istilah asing.	10A 49,10A 52,10A 53,10A 55,10A 61,10A 62,10A 66,10A 67,10A 68,	9	0,3	TINGGI
		132	Kesulitan membaca cepat atau memahami isi buku pelajaran.	10A 51,10A 58,10A 63,10A 66,10A 68,	5	0,16667	SEDANG
		133	Memiliki masalah dengan sarana belajar yang sering digunakan oleh anggota keluarga lain.	10A 63,	1	0,03333	RENDAH
		134	Sering gelisah saat pelajaran berlangsung, sehingga berusaha menghilangkannya dengan melakukan kegiatan lain.	10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 72,	5	0,16667	SEDANG
		135	Khawatir tugas-tugas pelajaran hasilnya kurang memuaskan.	10A 46,10A 48,10A 50,10A 51,10A 52,10A 54,10A 56,10A 57,10A 59,10A 60,10A 63,10A 68,	12	0,4	TINGGI
	KARIR	136	Cemas kalau menjadi penganggur setelah menyelesaikan pendidikan.	10A 50,10A 54,10A 56,10A 59,10A 63,10A 66,10A 67,	7	0,23333	TINGGI
		137	Khawatir tidak mampu menamatkan sekolah dan harus segera bekerja.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		138	Untuk memenuhi keuangan terpaksa sekolah sambil bekerja.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
		139	Tidak bersemangat untuk melanjutkan sekolah.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		140	Lulus sekolah ingin bekerja, tetapi orang tua menghendaki untuk melanjutkan pendidikan.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH

KONSULTASI	PRIBADI	141	Memiliki teman yang selalu mengeluhkan dirinya memiliki tubuh terlalu gemuk / kurus.	10A 46,10A 47,10A 50,10A 56,10A 72,	5	0,16667	SEDANG
		142	Ingin membantu teman yang memiliki kebiasaan latah.	10A 56,10A 66,10A 68,	3	0,1	RENDAH
		143	Ingin membantu teman yang belum mau melaksanakan ibadah sesuai dengan agamanya.	10A 46,10A 47,10A 48,10A 51,10A 52,10A 53,10A 56,10A 58,10A 59,10A 64,10A 65,10A 66,10A 69,	13	0,43333	SEGERA
		144	Memiliki sahabat yang tidak pernah memiliki waktu senggang untuk rekreasi.	10A 51,10A 53,10A 55,10A 63,10A 72,	5	0,16667	SEDANG
		145	Ingin membantu kawan yang karena terlalu berhemat menjadi sering sakit-sakitan.	10A 46,10A 63,	2	0,06667	RENDAH
		146	Memiliki kawan akrab yang merasa dirinya lebih hebat dari lainnya, sehingga sering konflik dengan lingkungan.	10A 56,	1	0,03333	RENDAH
		147	Ingin membantu teman yang selalu minder bila bertemu lawan jenis,	10A 46,10A 49,10A 50,10A 51,10A 56,10A 62,10A 63,10A 66,	8	0,26667	TINGGI
		148	Ingin membantu kawan akrab yang baru saja diputus oleh pacarnya.	10A 50,10A 56,10A 66,10A 72,	4	0,13333	SEDANG
		149	Ingin membantu teman yang tidak betah di rumah.	10A 46,10A 51,10A 52,10A 66,	4	0,13333	SEDANG
BELAJAR		150	Ada teman yang memiliki masalah dengan orang tuanya.	10A 46,10A 50,10A 52,10A 53,10A 56,10A 59,10A 63,10A 66,	8	0,26667	TINGGI
		151	Ingin membantu teman yang sulit belajar karena memiliki cacat fisik.	10A 51,10A 53,10A 63,10A 66,10A 72,	5	0,16667	SEDANG
		152	Bingung memikirkan teman saya yang setiap kali diajar sulit memperhatikan dan cenderung mengganggu yang lain.	10A 63,10A 68,	2	0,06667	RENDAH
		153	Bingung pada teman yang tidak memiliki sarana belajar yang memadai, sehingga sering menggunakan peralatan saya.	10A 51,10A 63,10A 72,	3	0,1	RENDAH
KARIR		154	Kesulitan menghadapi teman sebangku yang tidak memiliki motivasi belajar.	10A 50,	1	0,03333	RENDAH
		155	Saya memiliki teman yang setiap hari melemahkan semangat belajar saya.	10A 52,10A 75,	2	0,06667	RENDAH
		156	Ingin membantu teman yang sampai sekarang masih bingung menyusun cita-cita masa depan.	10A 49,10A 52,10A 56,10A 59,10A 63,10A 66,10A 72,	7	0,23333	TINGGI
		157	Ingin membantu teman yang masih kesulitan dalam memilih jenis ekstra kurikuler yang harus diikuti.	10A 49,10A 50,10A 51,10A 52,10A 56,10A 59,10A 63,	7	0,23333	TINGGI
		158	Memiliki teman yang setiap hari mengeluhkan keadaan dirinya yang saat ini disuruh bekerja oleh orang tuanya.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		159	Memiliki teman yang tidak berminat melanjutkan padahal menurut saya dia mampu.	10A 55,10A 69,10A 72,	3	0,1	RENDAH
		160	Ingin membantu teman yang mengalami kesulitan memperoleh informasi tentang pendidikan lanjutan.	10A 46,10A 49,10A 51,10A 55,10A 56,10A 68,	6	0,2	SEDANG

MEDIASI	PRIBADI	161	Saya memiliki masalah dengan salah seorang guru yang tidak mengetahui bahwa saya memiliki kelemahan fisik.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		162	Dimusuhi / dibenci guru tanpa tahu sebabnya.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
		163	Saya sedang punya masalah dengan salah seorang guru yang mengetahui di HP saya ada gambar tidak layak.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		164	Saya punya masalah dengan teman sepermainan.	10A 53,	1	0,03333	RENDAH
		165	Saya memiliki masalah dengan orang tua berkaitan dengan keuangan.	10A 63,10A 72,	2	0,06667	RENDAH
		166	Saya memiliki masalah dengan teman sekelas.	10A 53,10A 72,	2	0,06667	RENDAH
		167	Saya sedang konflik dengan seseorang dari kakak / adik kelas.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		168	Saya sedang bermasalah dengan pacar saya.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
		169	Saya memiliki masalah dengan tetangga.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
BELAJAR	SOSIAL	170	Saya sedang didiamkan salah seorang anggota keluarga.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		171	Saya memiliki masalah dengan petugas perpustakaan, sehingga menjadikan berkunjung masuk ke sana.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		172	Saya sedih karena memiliki masalah dengan salah seorang guru mata pelajaran.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
		173	Kurang semangat belajar karena orang tua tidak membelikan sarana belajar yang pernah dijanjikan.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		174	Guru pilih kasih, dan saya tidak diikutkan dalam olimpiade / kejuaraan.	10A 51,	1	0,03333	RENDAH
		175	Saya sedang memiliki masalah dengan petugas laboratorium, berkaitan dengan peralatan sekolah.	10A 72,	1	0,03333	RENDAH
		176	Merasa disisihkan pembina ekstra kurikuler dalam berbagai kegiatan.		0	0	TIDAK MASUK PROGRAM
		177	Orang tua memaksa untuk mengikuti pilihan karier masa depan saya.	10A 75,	1	0,03333	RENDAH
KARIR	KARIR	178	Saya memiliki masalah dengan teman berkaitan dengan pilihan ekstra kurikuler yang saya ambil.	10A 63,10A 72,	2	0,06667	RENDAH
		179	Orang tua tidak setuju pada rencana pendidikan lanjutan pilihan saya.	10A 75,	1	0,03333	RENDAH
		180	Beda pendapat dengan saudara berkaitan dengan pilihan jurusan yang saya ambil.	10A 52,10A 63,10A 72,	3	0,1	RENDAH

LAMPIRAN SOSIOMETRI

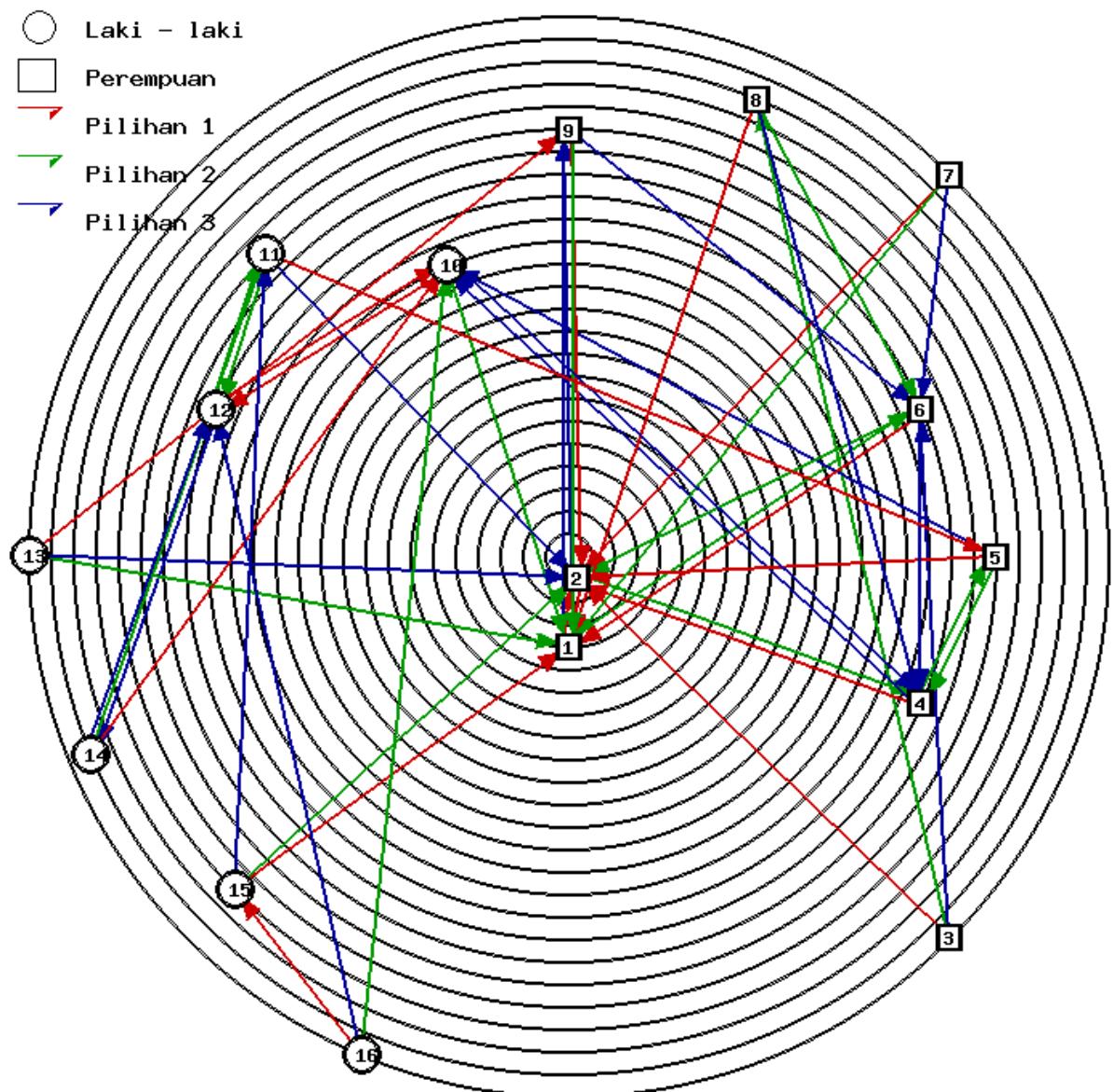
Sosiometri

Judul : XII IIK
Jumlah Siswa : 16
Jumlah Pilihan : 3

Data siswa kelas XII IIK Belajar

No.	Nama.	Jenis Kelamin	Pilihan	Pilihan	Pilihan
			1	2	3
1	Isna Rahmi Nuraini	Perempuan	2	6	9
2	Jihanna Amalia	Perempuan	1	4	9
3	Krisdayanti	Perempuan	2	8	6
4	Kusuma Dewi Asih	Perempuan	2	5	10
5	Nor Arifah	Perempuan	2	4	10
6	Nur Naimantun Maulida Tri Ani Wulandari	Perempuan	1	2	4
7	Saputri Zahra Mu'adzah	Perempuan	2	1	6
8	Rahmah	Perempuan	1	6	4
9	Zulaikha Fajrotul H	Perempuan	2	1	6
10	Ahmad Alvian N	Laki - laki	12	1	4
11	Fahri Amina Akbar	Laki - laki	5	12	2
12	Ifan Muhammad	Laki - laki	10	11	14
13	Kamal Abdul Bashir Muhammad Alfan	Laki - laki	9	1	2
14	Haitami	Laki - laki	10	11	12
15	Muhammad Syaiful A	Laki - laki	1	2	11
16	Rifandika Agung	Laki - laki	15	10	12

Sosiogram



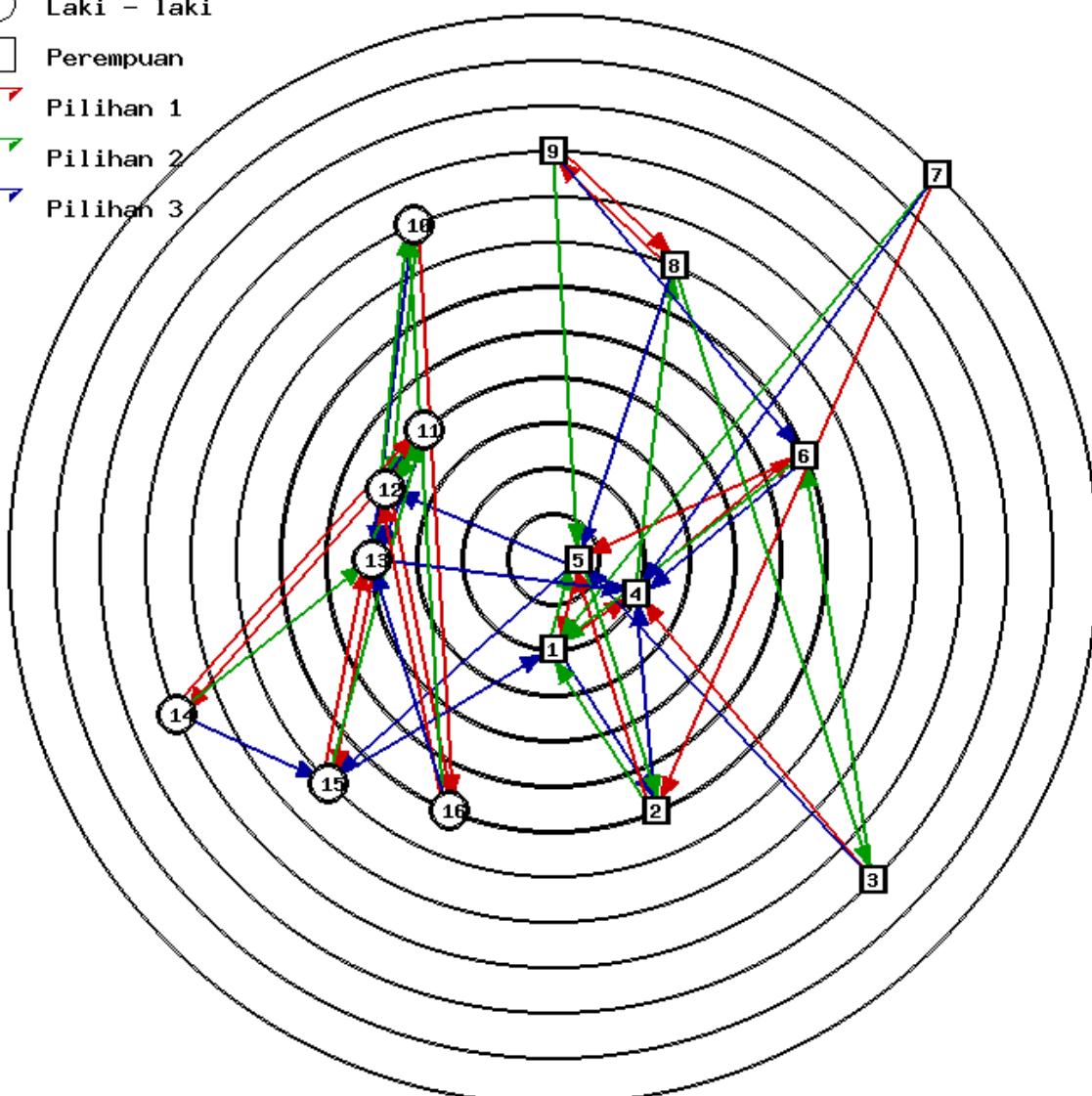
Sosiometri

Judul : XII IIK
 Jumlah Siswa : 16
 Jumlah Pilihan : 3

No.	Nama.	Jenis Kelamin	Pilihan 1	Pilihan 2	Pilihan 3
1	Isna Rahmi Nuraini	Perempuan	4	5	2
2	Jihanna Amalia	Perempuan	5	1	4
3	Krisdayanti	Perempuan	4	6	5
4	Kusuma Dewi Asih	Perempuan	6	8	12
5	Nor Arifah	Perempuan	1	2	15
6	Nur Naimatun Maulida	Perempuan	5	1	4
	Tri Ani Wulandari				
7	Saputri	Perempuan	2	1	4
	Zahra Mu'adzah				
8	Rahmah	Perempuan	9	3	5
9	Zulaikha Fajrotul H	Perempuan	8	5	6
10	Ahmad Alvian N	Laki - laki	16	12	13
11	Fahri Amina Akbar	Laki - laki	14	12	13
12	Ifan Muhammad	Laki - laki	16	10	11
13	Kamal Abdul Bashir	Laki - laki	15	11	4
	Muhammad Alfan				
14	Haitami	Laki - laki	11	13	15
15	Muhammad Syaiful A	Laki - laki	13	11	1
16	Rifandika Agung	Laki - laki	12	10	13

SOSIOGRAM

- (○) Laki - laki
- (□) Perempuan
- Pilihan 1
- Pilihan 2
- Pilihan 3



LAMPIRAN RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN



KEMENTERIAN AGAMA
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1
NSM. 311347106011

Alamat: Jalan C. Simanjuntak 60 Yogyakarta 55223
Telp. (0274) 513327; 555159, Fax (0274) 555159

Website: www.man1-yog.sch.id, Email: info@man1-yog.sch.id

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GENAP TAHUN 2016/2017**

Konteks Permasalahan	: Tips belajar efektif
Komponen Program	: Layanan dasar
Bidang Bimbingan	: Belajar, pribadi
Jenis Layanan	: Informasi
Fungsi Layanan	: Pemahaman & Pengembangan
Tujuan Layanan	: Meningkatkan keterampilan belajar siswa secara efektif
Media	: lcd, laptop
Metode	: diskusi dan ceramah
Sasaran	: Semua siswa
Alokasi Waktu	: 1 jam
Tempat & Tanggal Layanan	: Ruang kelas X IIS 1, / 10 Agustus 2015
Sumber Materi	:
	- https://ardansirodijuddin.wordpress.com/2012/11/29/manfaat-kreativitas/
Rencana Evaluasi	:
1. Proses	
	<ul style="list-style-type: none">• Antusias siswa dalam pemberian proses layanan• Keaktifan siswa dalam bertanya dan menanggapi materi yg diberikan
2. Hasil	
	<ul style="list-style-type: none">• Siswa antusias terhadap materi layanan yang diberikan sehingga paham bagaimana belajar secara efektif

- Siswa secara aktif bertanya dan menanggapi materi layanan yang telah diberikan sehingga dengan mudah siswa dapat menerapkan cara/tips yang telah disampaikan di kemudian hari

Rencana Penilaian :

1. Laiseg : Melakukan penilaian segera dengan UCA (Understanding, Comfort and Action) setelah selesai proses layanan.
2. Laijapen : Melakukan penilaian jangka pendek (Laijapen) setelah satu bulan selesai pelaksanaan layanan.
3. Laijapang : Melakukan penilaian jangka panjang (Laijapang) setelah satu tahun selesai pelaksanaan layanan.

Rencana Tindak Lanjut : Bimbingan kelompok & Konseling individu

Deskripsi Proses :

TAHAP	KEGIATAN	ESTIMASI WAKTU
Kegiatan Awal	<p>a. Konselor menyiapkan media yang dibutuhkan seperti LCD, Screen, Laptop, dsb</p> <p>b. Pembukaan :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Konselor membuka kegiatan dengan salam dan berdo'a • Konselor menanyakan kondisi siswa dan mengecek kehadiran siswa • Konselor memberikan pengantar singkat tentang layanan yang akan diberikan 	10 menit
Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none"> • Memberikan materi tentang tips belajar efektif • Siswa memperhatikan layanan yg diberikan konselor • Mendiskusikan tentang belajar efektif 	20 menit
Kegiatan Akhir	<ul style="list-style-type: none"> • Mengevaluasi dan menindaklanjuti sejauh mana hasil dan efektifitas layanan 	10 menit <i>(fleksibel secara continues)</i>

Yogyakarta, 10 Agustus 2016

Mengetahui,
Konselor sekolah,

Mahasiswa PPL BK ,

Drs. R. Khamdan Jauhari
NIP. 196507022005011002

Angga Bagus D
NIM. 13104241025

LAMPIRAN EVALUASI

a. Evaluasi Proses :

No	Hal yang diamati	nilai		
		B	C	K
1	Antusiasme peserta didik mengikuti layanan			
2	Keaktifan peserta didik dalam diskusi			
3	Munculnya pertanyaan kritis			

Ket : B= Baik C=Cukup K=Kurang

b. Evaluasi Hasil :

No	Pertanyaan
1	Apa yang dimaksud dengan belajar efektif?
2	Dari apa yang sudah dipaparkan, menurutmu apa tujuan dari belajar efektif?
3	Setelah kamu tahu, menurut kamu bagaimana caranya agar kita bisa belajar dengan efektif?

LAMPIRAN MATERI

Belajar adalah aktivitas wajib bagi setiap orang. Khusus untuk pelajar, hal yang diperlajari adalah materi pelajaran di sekolah. Selain pengetahuan, juga belajar tentang bagaimana cara bermasyarakat, menghargai sesama, hingga belajar untuk hidup dan meraih sukses.

TIPS BELAJAR EFEKTIF DAN MENYENANGKAN

#1: Ciptakan suasana yang nyaman

Jangan sesekali belajar di tempat yang tidak kamu sukai. Belajarlah dengan suasana yang nyaman, senyaman pikiran kamu. Kamu bisa coba belajar di kamar, teras rumah atau bahkan di taman. Atau juga bisa belajar sambil mendengarkan musik. Intinya, ciptakan suasana yang menurut kamu nyaman.

#2: Pahami materi dan jangan menghafal

Menghafal memang ampuh untuk mendapat nilai yang memuaskan. Tapi percuma, pengetahuan kita tidak bertambah. Tidak jarang juga lewat satu minggu saja lupa materi apa yang dihafal. Untuk itu, belajarlah dengan memahami garis besar materi, bagaimana konsepnya dan bagaimana detail-nya.

#3: Belajar rutin dan jangan terlalu lama

Sistem kebut semalam, ini yang sering kita lakukan. Sistem belajar semacam ini tidak menumbuhkan pengetahuan, tapi malah tekanan. Walhasil, rasa grogi ketika menghadapi ujian akan terus muncul sampai kapanpun. Atasi segera dengan belajar rutin 30 menit setiap pagi dan malam dengan serius.

#4: Belajar dengan mind map

Mind map atau peta pikiran dicetuskan oleh pakar pendidikan Tony Buzan. Metode ini terbukti ampuh untuk mengingat materi pelajaran. Kamu bisa mencobanya ketika hendak belajar rutin setiap hari. Sebelum itu, buatlah mind map di selembar kertas A4 untuk setiap bab yang ingin dipelajari.

#5: Belajar sambil diskusi

Jika kamu merasa kurang paham belajar sendirian, kamu bisa coba belajar sambil diskusi. Kalau perlu, buatlah teman diskusi di kelasmu dan buat jadwal belajar

bersama. Ini akan semakin memudahkan kamu dalam memahami sebuah materi pelajaran karena ada sistem tutor sebaya.

#6. Susunlah jadwal keseharianmu

Pola belajar yang baik akan menentukan keberhasilanmu, cobalah untuk mengatur jadwal dengan baik. Kapan belajar, kapan bermain, kapan pergi besama teman-teman.

#7. Melakukan Review materi Pelajaran

Setelah pulang dari sekolah sebelum kamu pergi bermain bersama kawan-kawanmu, cobalah luangkan sedikit untuk melakukan review materi pelajaran hari ini di sekolah. Coba tanyakan dalam hatimu, apa yang sudah kamu dapatkan hari ini? Materi mana yang menurutmu masih belum kamu mengerti? Kemudian catatlah jika memang tidak bisa kamu selesaikan, kemudian diskusikan dengan temanmu atau langsung tanyakan pada gurumu keesokan harinya.

#8. Merangkum Materi Pelajaran

Kebiasaan yang harus dilakukan adalah merangkum setiap materi ketika sedang belajar. Ada dua keuntungan yang dapat diperoleh dengan merangkum materi pelajaran, karena itu saya rekomendasikan kepada teman-teman sebagai tips belajar efektif dan menyenangkan.

Keuntungan dengan merangkum materi secara tidak langsung kita pula telah membaca buku pelajaran, otomatis kita akan sedikit paham dengan materi yang sedang kita pelajari. Keuntungan kedua, untuk memantapkan bahwa kita mengerti yaitu dengan membaca kembali hasil rangkuman dengan begitu kita tidak harus membaca buku tebal yang membuat kita bosan. Jadi yang kita baca adalah rangkuman catatan kecil kita.

#9. Berdiskusi dengan Teman

Tidak ada cara belajar yang lebih efektif selain berdiskusi. Berdiskusi dengan teman sangat baik dijadikan cara belajar agar lebih menyenangkan, kamu bisa bertukar pikiran dan saling membantu apabila temanmu mengalami kesulitan.

#10. Disiplin

Seseorang tidak akan berhasil tanpa ada kedisiplinan dalam dirinya begitu pula dengan belajar. Seseorang yang sukses adalah mereka yang mau menjadikan dirinya disiplin patuh terhadap aturan yang telah dibuat. Apabila kamu telah membuat jadwal keseharianmu, cobalah disiplin dengan jadwal yang yang telah kamu buat.



KEMENTERIAN AGAMA
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1
NSM. 311347106011

Alamat: Jalan C. Simanjuntak 60 Yogyakarta 55223
Telp. (0274) 513327; 555159, Fax (0274) 555159

Website: www.man1-yog.sch.id, Email: info@man1-yog.sch.id

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GENAP TAHUN 2016/2017**

1. Bidang : Belajar
2. Topik : Tips Meningkatkan Konsentrasi Belajar
3. Fungsi : Pemahaman
4. Sasaran : Kelas X
5. Tujuan :
 - a. Umum : Menyadari potensi diri dalam aspek belajar dan memahami berbagai hambatan belajar
 - b. Khusus : Peserta didik mampu memahami pentingnya konsentrasi belajar dan meminimalisir hambatan dalam belajar
6. Metode : Ceramah dan diskusi
7. Media : Power Point, Kuis dan *Ice Breaking*
8. Materi :
 - a. pengertian konsentrasi dan faktor yang menghambat siswa untuk berkonsentrasi.
 - b. cara-cara berkonsentrasi
9. Tempat : Ruang kelas X
10. Waktu : 1x45 menit
11. Pelaksana : Guru Bimbingan dan Konseling
12. Pihak yang disertakan : -
13. Bahan dan Alat : LCD dan Laptop
14. Sumber : <http://kabarkampus.com/2013/05/5-langkah-mantap-meningkatkan-konsentrasi-belajar/#>
15. Rencana Penilaian :

1. Laiseg : Melakukan penilaian segera dengan UCA (Understanding, Comfort and Action) setelah selesai proses layanan.
2. Laijapen : Melakukan penilaian jangka pendek (Laijapen) setelah satu bulan selesai pelaksanaan layanan.
3. Laijapang : Melakukan penilaian jangka panjang (Laijapang) setelah satu tahun selesai pelaksanaan layanan.

16. Rencana Tindak Lanjut : Mendampingi peserta didik, jika diperlukan melakukan bimbingan kelompok, konseling individual, maupun konseling kelompok.

17. Uraian Kegiatan :

Tahap	Uraian Kegiatan	Waktu
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> a. Praktikan membuka kegiatan layanan salam dan doa b. Praktikan mengecek kehadiran peserta didik c. Praktikan membina hubungan baik dengan peserta didik d. Praktikan menyampaikan tujuan pemberian layanan tentang cara membangun konsentrasi belajar 	5 menit
Kegiatan Inti	<ul style="list-style-type: none"> a. Berpikir Menjelaskan apa yang dimaksud konsentrasi belajar diikuti dengan diskusi b. Merasa Menanyakan kepada peserta didik perasaan yang muncul ketika tidak fokus dalam belajar c. Bersikap Bertanya hambatan dalam konsentrasi belajar dan apa kerugiannya d. Bertindak Melatih tingkat konstrasi peserta didik dengan kuis tebak warna dan <i>ice breaking</i> e. Bertanggungjawab Menerangkan cara meningkatkan konsentrasi belajar dan menanyakan tanggapan peserta didik 	30 menit

Penutup	<p>a. Perwakilan peserta didik diminta menyimpulkan hasil kegiatan layanan tentang tentang membangun konsentrasi belajar</p> <p>b. Praktikan menyimpulkan hasil kegiatan layanan</p>	10 menit
---------	--	----------

Yogyakarta, 9 Agustus 2016

Mengeatahui, Guru Pembimbing

Mahasiswa PPI

Drs. R. Khamdan Jauhari
NIP. 196507022005011002

Angga Bagus D
NIM.13104241025

Lampiran 1

c. Evaluasi Proses

No	Hal yang diamati	nilai		
		B	C	K
1	Antusiasme siswa mengikuti layanan			
2	Keaktifan siswa dalam diskusi			
3	Munculnya pertanyaan kritis			

Ket : B= Baik C=Cukup K=Kurang

d. Evaluasi Hasil :

No	Pertanyaan
1	Apa yang dimaksud konsentrasi belajar? Mengapa kita perlu meningkatkannya?
2	Dari apa yang sudah dipaparkan, menurutmu apa yang menjadi hambatan dalam konsentrasi belajar?
3	Setelah kamu tahu, apa yang akan kamu upayakan untuk meningkatkan konsentrasi belajarmu?

Lampiran 2

MEMBANGUN KONSENTRASI BELAJAR

A. Pengertian konsentrasi dalam belajar adalah :

Pengertian konsentrasi: menjelaskan bahwa “konsentrasi merupakan pemusatkan perhatian atau pikiran pada suatu hal”.

Belajar dan fokus mengerjakan tugas memang seringkali menjadi sesuatu yang menyebalkan, terutama bagi mahasiswa yang merasa jaman sekolah sudah berakhir. Ini dikarenakan pikiran mahasiswa lebih kompleks dibandingkan anak sekolah, dan tentunya untuk mahasiswa kosan gak ada lagi omelan ibu atau ayah yang menyuruh kamu buat belajar. Apalagi untuk ujian semester yang sering banget disepelekan dan membuat kamu menghadapinya dengan sistem kebut semalam. Belum lagi sidang skripsi yang bikin stress, sehingga malah membuat ngeblank. Itulah gunanya konsentrasi yang berpengaruh terhadap persiapan kamu menghadapi ujian apapun.

B. Berikut adalah beberapa cara yang bisa kamu coba untuk meningkatkan konsentrasi belajar.

1. Jangan Lari dari Masalah

Dunia pembelajaran sering banget bikin kita terlibat dalam berbagai masalah, baik dengan pacar, dosen, teman, bahkan abang PKL di depan kampus. Ini yang bikin kamu susah untuk berkonsentrasi, akibat berbagai masalah yang selalu timbul di pikiranmu . Untuk itu, cobalah berusaha untuk tidak lari dari masalah. Jika kamu bisa menghadapi semua permasalahamu dengan berani, maka kamu tidak akan dikejar oleh perasaan galau dan cemas yang bisa memecahkan konsentrasi.

2. Jaga Kesehatan

Kesehatan adalah hal yang sangat penting bagi tubuh. Dengan tubuh yang sakit, maka kamu akan kesulitan untuk berkonsentrasi. Untuk itu, jagalah pola makan, jangan memforsir tubuh dan rajin berolahraga minimal jogging. Dengan tubuh yang sehat dan bugar, maka konsentrasimu akan lancar.

3. Buat Jurnal

Terbiasa membuat Jurnal akan membuat kamu terbiasa untuk mencatat dan mengingat hal-hal penting, serta membuat kerangka pemikiran dari berbagai hal. Kebiasaan ini tidak hanya akan melatih konsentrasi, tapi juga analisa terhadap permasalahan yang ada. Seorang penulis buku bernama Catharine M. Cox pernah mempelajari kebiasaan dari 300 orang jenius, seperti Einstein, Isaac Newton, Thomas Jefferson dan lainnya yang ternyata rajin menulis jurnal dan memiliki buku harian. Bahkan sepanjang hidupnya, Thomas Edison menulis 3 juta halaman catatan, surat, dan pemikiran pribadinya dalam ratusan jurnal pribadi.

4. Latihan “Brain Gym”

Brain Gym merupakan olahraga otak yang dilakukan dengan sederhana. Olahraga ini dikembangkan oleh spesialis pendidikan bernama Dr. Paul Dennison, untuk membantu manusia dalam melakukan pemahaman terhadap sesuatu, melatih konsentrasi, berpikir secara abstrak, melatih daya ingat, mengatasi kelelahan mental, menyelesaikan tugas, serta melatih keseimbangan fisik dan koordinasi. Kalau ingin mencobanya, berikut adalah 3 olahraga otak yang bisa kamu lakukan.

Brain Buttons merupakan latihan yang bermanfaat meningkatkan aliran darah ke otak, sehingga keterampilan konsentrasi untuk membaca, menulis dan lainnya dapat meningkat.

Ambil satu tangan dan buatlah ruang selebar mungkin diantara ibu jari dan jari telunjuk. Letakan telunjuk dan jempol ke dalam lekukan yang berada di bawah tulang selangka di setiap sisi ruas dada. Tekan dengan perlahan hingga terasa berdenyut. Saat yang sama, pada tangan yang lain buat posisi tangan yang sama, namun letakan di sisi lain yang berada di atas area pusar. Tekan-tekan dengan lembut selama 2 menit.

Cross Crawl merupakan latihan yang dapat membantu kamu mengkoordinasikan otak kiri dan kanan untuk saling bertransformasi informasi. Ini bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan mengeja, mendengar, menulis, membaca dan memahami. Posisikan tubuh antara duduk dan berdiri. Kemudian letakan siku kanan pada kaki kiri dan lakukan gerakan mengangkat tubuh dan menurunkan kembali. Lakukan secara bergantian pada siku kanan dan kaki kanan. Lakukan ini selama dua menit.

Hook Ups merupakan latihan yang sangat bagus untuk menenangkan pikiran dan syaraf, serta meningkatkan konsentrasi ketika menghadapi moment tertentu seperti presentasi atau sidang skripsi.

Silangkan kaki kanan di atas kaki kiri tepat di pergelangan kaki. Lakukan juga pada tangan, dengan cara menyilangkan pergelangan kedua tangan dan saling menggenggam di antara jari-jari dengan posisi pergelangan tangan kanan berada di atas.

Dengan lembut tekuk siku dan putar jari-jari dalam menuju tubuh sehingga menekan tulang dada bagian tengah, diamkan beberapa menit sambil berkonsentrasi dan bernapas dengan tenang.

5. Meditasi

Meditasi adalah salah satu cara untuk melatih konsentrasi dan fokus pada satu titik untuk menghalau pikiran dari berbagai masalah, sehingga bisa bikin kamu lebih tenang dan ngilangin kegalauanmu. Untuk melakukan meditasi, pastikan kamu dalam tempat yang tenang dan kehing. Ambil posisi duduk dengan cara bersila. Pejamkan mata, dan tarik nafas melalui hidung dalam hitungan 1-2-3...s/d 8 hitungan, kemudian tahan nafas di dalam dada dalam hitungan 1-2-3...s/d 8 hitungan. Buang napas dengan perlahan melalui mulut secara mendesis. Ulangi selama 5 kali. Kemudian teruskan bernapas secara perlahan sambil beri sigesti agar dari ubun-ubun kepala hingga ujung jari-jari telapak kaki menjadi serileks mungkin. Kemudian bernapas secara alami dan buang nafas melalui hidung. Tahan posisi meditasi ini selama 20-30 menit. Selain untuk melatih konsentrasi dan memberi ketenangan, latihan ini juga baik untuk kesehatan.



**KEMENTERIAN AGAMA
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1
NSM. 311347106011**

Alamat: Jalan C. Simanjuntak 60 Yogyakarta 55223
Telp. (0274) 513327; 555159, Fax (0274) 555159

Website: www.man1-yog.sch.id, Email: info@man1-yog.sch.id

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GENAP TAHUN 2016/2017**

1. Bidang : Pribadi
2. Topik : Upaya Mengenali Potensi Diri
3. Tujuan
 - a. Tujuan Umum : Memahami potensi diri dan memahami kelebihan dan kelemahannya, baik kondisi fisik maupun
 - b. Tujuan Khusus : Siswa dapat menyadari pentingnya memahami potensi diri
: Siswa dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya.
4. Fungsi : Pemahaman, preventif, Developmental.
5. Sasaran : Siswa Kelas X
6. Alokasi Waktu : 1 X 45 Menit
7. Tempat : Ruang kelas X
8. Pihak terkait : -
9. Metode/ teknik : Diskusi dan ceramah
10. Media/ alat : laptop, LCD
11. Pokok Materi : Pengertian potensi, macam-macam potensi, dan cara mengetahui potensi diri
12. Daftar pustaka :

<http://www.blogmamen.com/2013/03/5-cara-menggali-dan-mengembangkan.html>

<https://zuhriyahjinan.wordpress.com/ngaji-yuuk/mengembangkan-potensi-diri/>

<http://za-enal.blogspot.com/2012/03/potensi-diri-dan-macam-macamnya.html>

13. Layanan Rencana Penilaian :
 1. Laiseg : Melakukan penilaian segera dengan UCA (Understanding, Comfort and Action) setelah selesai proses layanan.
 2. Laijapen : Melakukan penilaian jangka pendek (Laijapen) setelah satu bulan selesai pelaksanaan layanan.
 3. Laijapang : Melakukan penilaian jangka panjang (Laijapang) setelah satu tahun selesai pelaksanaan layanan.
14. Rencana Tindak Lanjut : Mendampingi peserta didik, jika diperlukan melakukan bimbingan kelompok, konseling individual, maupun konseling kelompok.
15. Uraian Kegiatan :

Tahap	Kegiatan		Waktu
	Guru BK	Siswa	
Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Salam - Membuat hubungan baik dengan peserta didik. - memberi apersepsi mengenai materi yang akan disampaikan 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjawab salam - Mulai tertarik dengan memberika umpan balik. - Siswa memberi umpan balik dan mulai menerawang apa yang akan disampaikan konselor 	7 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan apa yang dimaksud potensi diri diikuti dengan diskusi - Bertanya mengapa mengenal potensi diri penting - Menayangkan macam-macam potensi diri - Merefleksi siswa apa potensi yang dominan ada dalam dirinya. - Menerangkan cara mengetahui potensi dan menanyakan tanggapan siswa 	<ul style="list-style-type: none"> - melakukan diskusi dengan pembimbing maupun teman - menjawab dengan pengalaman yang dimilikinya. - Mendengarkan aktif - Perwakilan Menyebutkan potensi yang ada pada dirinya - Memberi tanggapan tentang cara yang sudah dipaparkan 	30 menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Menanyakan apa yang dipahami dari materi yang telah disampaikan - Membuat kesimpulan - Salam 	<ul style="list-style-type: none"> - Perwakilan menjabarkan apa yang sudah dipahami dari materi yang disampaikan dan apa yang akan dilakukan - Salam 	8 menit

Yogyakarta, 12 Agustus 2016

Mengetahui,

Guru Pembimbing

Drs. R. Khamdan Jauhari
NIP. 196703171990031010

Mahasiswa PPL

Angga Bagus Dharmawan
NIM. 13104241025

Lampiran 1
Lembar evaluasi

e. Evaluasi Proses :

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

Ket : B= Baik C=Cukup K=Kurang

f. Evaluasi Hasil :

No	Pertanyaan
1	Apa yang dimaksud potensi diri? Mengapa kita perlu mengenalinya?
2	Dari apa yang sudah dipaparkan, menurutmu potensi mana yang dominan ada pada dirimu?
3	Setelah kamu tahu, apa yang akan kamu lakukan untuk mengembangkan potensi mu?

Lampiran II

MATERI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

TOPIK :

UPAYA MENGENALI POTENSI DIRI

Salah satu anugerah terbesar yang telah Allah SWT berikan kepada kita adalah diciptakan-Nya kita menjadi manusia. Sebagai makhluk yang dimuliakan Allah, setiap dari kita memiliki kelebihan yang sering kita sebut sebagai potensi. Berbagai macam kelebihan ini menyebabkan manusia memperoleh satu kehormatan sebagai manusia. Tapi terkadang anugerah sebagai manusia ini sering kali tidak kita sadari. Kita sibuk memikirkan dan menghitung kelebihan orang lain. Kita merasa menjadi orang yang tidak beruntung. Sering kali kita menghitung kekurangan dan ketidakberuntungan kita dibandingkan dengan orang lain. Padahal setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing yang mungkin tidak ditemui pada orang lain. Tidak ada satu manusia pun yang sama. Setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing yang mungkin tidak ditemui pada orang lain. Oleh karena itu, bagaimana diri kita akan sangat tergantung pada bagaimana kita menggalinya dan mengasahnya.

A. Pengertian

Potensi dapat diartikan sebagai kemampuan, kekuatan positif yang dimiliki oleh setiap individu yang masih perlu dikembangkan secara optimal sebagai bekal bagi kehidupannya. Tidak ada orang yang terlahir dengan keahlian khusus sekaligus. Karena itu lah, kita harus menyadari dimana potensi kita dan mengembangkannya.

B. Macam-Macam Potensi

Setiap individu memiliki potensi diri yang berbeda-beda satu dengan yang lainnya. secara umum potensi yang dimiliki oleh setiap individu dapat dibedakan menjadi 5 macam.

1. POTENSI FISIK (Phychomotoric)

Merupakan potensi fisik manusia yang dapat diberdayakan sesuai fungsinya untuk berbagai kepentingan dalam rangka pemenuhan kebutuhan hidup. Misalnya mata untuk melihat, kaki untuk berjalan, telinga untuk mendengar dan lain-lain.

2. POTENSI MENTAL INTELEKTUAL (Intellectual Quotient)

Merupakan potensi kecerdasan yang ada pada otak manusia (terutama otak sebelah kiri). Fungsi potensi tersebut adalah untuk merencanakan sesuatu,

menghitung dan menganalisis.

3. POTENSI SOSIAL EMOSIONAL (Emotional Quotient)

Merupakan potensi kecerdasan yang ada pada otak manusia (terutama otak sebelah kanan). Fungsinya antara lain untuk mengendalikan amarah, bertanggungjawab, motivasi dan kesadaran diri.

4. POTENSI MENTAL SPIRITUAL (Spiritual Quotient)

Merupakan potensi kecerdasan yang bertumpu pada bagian dalam diri manusia yang berhubungan dengan jiwa sadar atau kearifan di luar ego. Secara umum Spiritual Quotient merupakan kecerdasan yang berhubungan dengan keimanan dan akhlak mulia.

5. POTENSI DAYA JUANG (Adversity Quotient)

Merupakan potensi kecerdasan manusia yang bertumpu pada bagian dalam diri manusia yang berhubungan dengan keuletan, ketangguhan dan daya juang tinggi. Melalui potensi ini, seseorang mampu mengubah rintangan dan tantangan menjadi peluang.

Mungkin hingga saat ini masih ada orang yang belum mengetahui apa potensi yang dimilikinya. Beberapa orang bahkan dengan ekstrem mengungkapkan bahwa dirinya tidak memiliki potensi apa pun dan merasa tidak berguna. Tapi takan ada manusia yang tidak diberikan potensi oleh tuhan, semua itu tergantung dari bagaimana kita memahami potensi yang kita miliki.

C. Upaya Mengenali Potensi Diri

Untuk membantu anda mengenali potensi anda, berikut adalah cara yang bisa anda lakukan untuk mengenali apa potensi anda.

1. Kenali Diri Sendiri

Coba buat daftar pertanyaan, seperti: apa yang membuat Anda bahagia, apa yang Anda inginkan dalam hidup ini, apa kelebihana dan kekuatan anda, dan apa saja kelemahan anda. Kemudian jawablah pertanyaan tersebut secara jujur dan objektif. Mintalah bantuan keluarga atau sahabat untuk menilai kelemahan dan kekuatan anda. Kenali Bidang apa saja yang kita senangi. Tanpa harus diminta atau disuruh. Anda akan melakukannya secara sukarela tanpa dibayar, bahkan anda mau mengeluarkan uang untuk apa yang anda lakukan. Inilah yang disebut dengan hobi. Seseorang yang punya hobi tertentu akan melakukannya dengan sepenuh hati. Misalnya orang yang

hobi memelihara tanaman, dia rajin menyiram dan merawat tanaman setiap hari. Dia rela mengeluarkan uang berapapun untuk membeli tanaman, pupuk, alat-alat dan semacamnya.

2. Bertanya kepada orang terdekat.

Orang yang paling tahu diri anda adalah orang terdekat. Bisa orang tua, kakak-adik, saudara, keluarga, atau teman. Mereka yang tahu tentang diri anda dari kecil sampai dewasa. Jadi mereka tahu apa potensi diri anda. Terkadang kita tidak menyadari potensi yang kita miliki, perlu orang lain untuk membantu menyadarkannya.

3. Mencoba hal-hal baru.

Begitu banyak yang bisa kita lakukan di dunia ini. Wawasan, pergaulan dan keberanian yang terbataslah yang menghambat kita untuk melakukannya. Kita bisa mencoba hal-hal baru yang belum pernah kita lakukan. Tentu saja yang kita lakukan tidak boleh melanggar hukum yah. Dengan mencoba banyak hal, mungkin kita akan menemukan potensi diri yang selama ini tersembunyi.

4. Tentukan Tujuan Hidup

Tentukan tujuan hidup anda baik itu tujuan jangka waktu pendek maupun jangka panjang secara realistik. Realistik maksudnya sesuai dengan kemampuan dan kompetensi Anda. Menentukan tujuan yang jauh boleh saja asal diikuti oleh semangat untuk mencapainya.

5. Banyak membaca, melihat dan merasakan.

Dengan begitu akan banyak informasi dan pengetahuan yang bertambah. Bacaan dan tontonan yang kita sukai itu bisa jadi adalah sebuah potensi. Jika anda suka membaca perkembangan dunia komputer, internet dan semacamnya. Anda bisa menjadi ahlinya, asalkan terus konsisten untuk menambah pengetahuan.

6. Kenali Motivasi Hidup

Setiap manusia memiliki motivasi tersendiri untuk mencapai tujuan hidupnya. Coba kenali apa motivasi hidup Anda, apa yang bisa melecut semangat Anda untuk menghasilkan karya terbaik dan sebagainya. Sehingga anda memiliki kekuatan dan dukungan moril dari dalam diri untuk menghasilkan yang terbaik.

7. Hilangkan Negative Thinking

Enyahkan pikiran-pikiran negatif yang bisa menghambat langkah anda mencapai tujuan. Setiap kali anda menghadapi hambatan, jangan menyalahkan orang lain. Lebih baik coba evaluasi kembali langkah anda, mungkin ada sesuatu yang perlu diperbaiki. Kemudian melangkahlah kembali jika anda telah menemukan jalan yang mantap.

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN DAN KONSELING

LAYANAN KELOMPOK

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA 1

Semester : I / II

Alokasi Waktu : 1 X 45 menit

Tahun Pelajaran : 2016/2017

1. Topik / Permasalahan : **Bahaya rokok, miras dan narkoba.**
2. Tugas Perkembangan : Mencapai kematangan pertumbuhan fisik yang sehat
3. Rumusan Tujuan/Kompetensi : Konseli memahami dan mampu menghindari rokok, miras dan narkoba
4. Bidang Layanan : Pribadi
5. Sasaran Layanan : 10A3 7,10A3 16,10A3 20,10A3 23,10A3 24,10A3 27,
6. Jenis Layanan : Bimbingan Kelompok
7. Fungsi Layanan : Pemahaman / Pengentasan
8. Bentuk kegiatan : Kelompok
9. Tempat Kegiatan : Ruang Bimbingan Kelompok
10. Pelaksana Kegiatan : Mahasiswa PPL UNY
11. Sumber bahan / Alat : Materi layanan
12. Proses Kegiatan :
 - a. Tahap Pembentukan : Konselor menerima konseli dengan terbuka, berdoa, menjelaskan tentang Bimbingan kelompok dan tujuannya serta dilanjutkan selingan permainan untuk membentuk dinamika kelompok
 - b. Tahap Peralihan : Konselor menanyakan kesiapan untuk melanjutkan ke tahap kegiatan dan memberi contoh sesuai dengan topik
 - c. Tahap Kegiatan : Konselor bersama konseli membahas topik yang sudah ditetapkan
 - d. Tahap Pengakhiran : Konselor memberitahu bahwa waktu akan habis, kemudian salah satu konseli menyimpulkan pembahasan dan membuat kesepakatan pertemuan berikut serta diakhiri penilaian dan doa

- a. Laiseg : Melakukan penilaian segera dengan UCA (Understanding,Comfort and Action) setelah selesai proses layanan.
 - b. Laijapen : Melakukan penilaian jangka pendek (Laijapen) setelah satu bulan selesai pelaksanaan layanan.
 - c. Laijapang : Melakukan penilaian jangka panjang (Laijapang) setelah satu tahun selesai pelaksanaan layanan.
- 14 Rencana Tindak Lanjut : Diberikan konseling individual

YOGYAKARTA, 24

Agustus 2016

Mengetahui

Guru Pembimbing Lapangan,

Mahasiswa PPL UNY,



Drs. R Khamdan Jauhari

NIP. 196507022005011002



Angga Bagus D

NIP. 13104241025

LAMPIRAN MATERI BIMBINGAN KELOMPOK

Bahaya Narkoba

Bahaya Narkoba-, Narkoba adalah singkatan dari narkotika dan obat-obatan berbahaya, istilah narkoba ini sangat berkaitan dengan senyawa yang memberi efek kecanduan bagi para penggunanya. Bahaya narkoba tidak hanya berpengaruh pada fisik saja tetapi bisa mengganggu mental atau jiwa pecandu narkoba tersebut, oleh karena itulah saya dalam situs yang ini ingin sekali berbagi pengetahuan tentang bahaya narkoba. Di samping memberikan informasi-informasi tentang pengobatan herbal situs ini juga ingin berbagi tentang informasi kesehatan lainnya yang mudah-mudahan bermanfaat bagi pembaca, seperti informasi tentang bahaya narkoba yang akan kita bahas sekarang.

Bahaya Narkoba Bagi Pecandunya



Bahaya Narkoba-, Bagi pecandu, bahaya narkoba tidak hanya merugikan masalah fisik saja tetapi akan mengalami gangguan mental dan kejiwaan. Sebenarnya narkoba ini merupakan senyawa-senyawa psikotropika yang biasa digunakan dokter atau rumah sakit untuk membius pasien yang mau dioperasi atau sebagai obat untuk penyakit tertentu, tetapi persepsi tersebut disalah artikan akibat penggunaan di luar fungsinya dan dengan dosis yang di luar ketentuan. Apabila disalah gunakan, bahaya narkoba dapat mempengaruhi susunan syaraf, mengakibatkan ketagihan, dan ketergantungan, karena mempengaruhi susunan syaraf. Dari ketergantungan inilah bahaya narkoba akan mempengaruhi fisik, psikologis, maupun lingkungan sosial.

1) Bahaya narkoba terhadap fisik

- Gangguan pada sistem syaraf (neurologis)
- Gangguan pada jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler)
- Gangguan pada kulit (dermatologis)
- Gangguan pada paru-paru (pulmoner)
- Sering sakit kepala, mual-mual dan muntah, murus-murus, suhu tubuh meningkat, pengecilan hati dan insomnia
- Gangguan terhadap kesehatan reproduksi yaitu gangguan pada endokrin, seperti: penurunan fungsi hormon reproduksi (estrogen, progesteron, testosteron), serta gangguan fungsi seksual.
- Gangguan terhadap kesehatan reproduksi pada remaja perempuan antara lain perubahan periode menstruasi, ketidakteraturan menstruasi, dan amenorhoe (tidak haid)
- Bagi pengguna narkoba melalui jarum suntik, khususnya pemakaian jarum suntik secara bergantian, risikonya adalah tertular penyakit seperti hepatitis B, C, dan HIV
- Bahaya narkoba bisa berakibat fatal ketika terjadi over dosis yaitu konsumsi narkoba melebihi kemampuan tubuh untuk menerimanya. Over dosis bisa menyebabkan kematian

2) Bahaya narkoba terhadap psikologi

- Kerja lamban dan seroboh, sering tegang dan gelisah
- Hilang rasa percaya diri, apatis, pengkhayal, penuh curiga
- Agitatif, menjadi ganas dan tingkah laku yang brutal
- Sulit berkonsentrasi, perasaan kesal dan tertekan
- Cenderung menyakiti diri, perasaan tidak aman, bahkan bunuh diri

3) Bahaya narkoba terhadap lingkungan sosial

- Gangguan mental
- Anti-sosial dan asusila
- Dikucilkan oleh lingkungan
- Merepotkan dan menjadi beban keluarga
- Pendidikan menjadi terganggu dan masa depan suram

Bahaya Narkoba Sesuai Jenisnya

Bahaya narkoba-, Narkoba memang memiliki jenis yang berbeda beda, tentu efek yang bisa ditimbulkan pun bisa berbeda beda sesuai jenisnya. Berikut adalah *bahaya narkoba* sesuai jenisnya:

1) Opioid:

- Depresi berat
- Apatis, gugup dan gelisah
- Banyak tidur, rasa lelah berlebihan
- Malas bergerak, kejang-kejang, dan denyut jantung bertambah cepat
- Selalu merasa curiga, rasa gembira berlebihan, rasa harga diri meningkat
- Banyak bicara namun cadel, pupil mata mengecil
- Tekanan darah meningkat, berkeringat dingin
- Mual hingga muntah
- luka pada sekat rongga hidung
- Kehilangan nafsu makan, turunnya berat badan

2) Kokain

- Denyut jantung bertambah cepat
- Gelisah, banyak bicara
- Rasa gembira berlebihan, rasa harga diri meningkat
- Kejang-kejang, pupil mata melebar
- Berkeringat dingin, mual hingga muntah
- Mudah berkelahi
- Pendarahan pada otak
- Penyumbatan pembuluh darah

3) Ganja

- Mata sembab, kantung mata terlihat bengkak, merah, dan berair
- Sering melamun, pendengaran terganggu, selalu tertawa
- Terkadang cepat marah
- Tidak bergairah, gelisah
- Dehidrasi, liver
- Tulang gigi keropos
- Saraf otak dan saraf mata rusak
- Skizofrenia

4)Ecstasy

- Enerjik tapi matanya sayu dan wajahnya pucat, berkeringat
- Sulit tidur
- Kerusakan saraf otak
- Dehidrasi
- Gangguan liver
- Tulang dan gigi keropos
- Tidak nafsu makan
- Saraf mata rusak

5) Shabu-shabu:

- Enerjik
- Paranoid
- Sulit tidur
- Sulit berfikir
- Kerusakan saraf otak, terutama saraf pengendali pernafasan hingga merasa sesak nafas
- Banyak bicara
- Denyut jantung bertambah cepat
- Pendarahan otak
- Shock pada pembuluh darah jantung yang akan berujung pada kematian.

6)Benzodiazepin:

- Berjalan sempoyongan
- Wajah kemerahan
- Banyak bicara tapi cadel
- Mudah marah
- Konsentrasi terganggu
- Kerusakan organ-organ tubuh terutama otak

Demikian yang dapat saya tulis dalam artikel tentang bahaya narkoba ini, semoga pembaca dapat lebih memahami akan bahaya narkoba tersebut dan menjauhinya. Terima kasih atas kunjungannya.

<http://obatkistaovarium.net/bahaya-narkoba/>

Merokok

Merokok memang sangat sulit untuk dihilangkan, karena sudah menjadi kebiasaan. Kita dapat melihat sendiri setiap lingkungan sudah dapat dipastikan ada yang sedang merokok seperti di jalan, di terminal bus, di kantor, di pasar bahkan di kendaraan umum juga sering kita jumpai. Padahal merokok itu ditinjau dari segi kesehatan jelas sangat nampak sekali akibatnya.

Mengapa merokok berbahaya bagi kesehatan? Rokok terbuat dari tembakau, pada tembakau terdapat suatu zat yang disebut nikotin. Bagi orang mengisap rokok maka selain nikotin, karbon monoksida juga ikut terbawa masuk ke paru – paru, kemudian racun – racun tersebut masuk ke aliran darah dan diedarkan ke seluruh tubuh. Unsur lain yang terdapat dalam asap rokok yang tidak dapat diserap adalah ter/tar, ter ini akan menempel pada paru – paru dan gigi. Yang menempel pada paru – paru akan mengakibatkan kanker paru – paru, selain itu resiko lain bagi perokok adalah kanker mulut dan kanker tenggorokan. Sedangkan nikotin yang terdapat dalam darah akan beredar keseluruh tubuh sudah barang tentu akan mempengaruhi organ – organ tubuh seperti terhadap jantung, akibatnya frekuensi denyut jantung akan meningkat dengan demikian jantung harus bekerja lebih giat bahkan sampai 10 kali lipat dari keadaan normal per menit.

Dari contoh kasus diatas kita sudah dapat menyimpulkan bahwa kebiasaan merokok sudah dapat dipastikan banyak sekali merugikan bagi kesehatan, oleh sebab itu bagi yang belum/ tidak merokok janganlah sekali – kali untuk mencobanya karena dari mencoba – coba itu akan menjadi ketagihan dan bagi yang sudah pernah atau termasuk perokok berat harus berusaha untuk tidak merokok.

Minuman keras

Apakah yang dimaksud dengan minuman keras? Minuman keras adalah minuman yang mengandung alkohol. Alkohol adalah cairan yang mudah menguap dan terbakar, seperti halnya narkotika minuman keras mempunyai pengaruh terhadap tubuh disamping itu dapat juga mengakibatkan ketagihan. Sekarang ini minuman keras sudah melanda para pelajar, sebab tidak jarang anak – anak sekolah kedapatan sedang minum minuman keras hingga mabuk hal ini tentu sangat memprihatinkan sekali karena semua pihak tidak menginginkan kejadian semacam itu.

Memang banyak faktor yang mempengaruhi keadaan seperti itu di antaranya adalah faktor lingkungan, pergaulan, keluarga dan yang sudah pasti harga minuman

tersebut terjangkau oleh para pelajar dan mudah untuk mendapatkannya. Padahal pihak pemerintah melalui jajaran kepolisian dan aparat keamanan lainnya sering mengadakan operasi untuk memberantas minuman keras. Namun hasilnya tidak pernah ada karena yang memproduksi minuman keras tersebut masih tetap ada, dengan demikian upaya untuk memberantas/menertibkan minuman keras sangat sulit sekali.

Pengaruh dari kebiasaan meminum minuman keras terhadap tubuh manusia di antaranya adalah terganggunya susunan syaraf pusat, dengan demikian tidak heran jika orang yang keracunan alkohol pikirannya terganggu, kesadaran dan keseimbangan tidak terkontrol, tingkah lakunya tidak menentu. Jika kebiasaan menenggak minuman keras sudah berlangsung cukup lama akan menyerang dan merusak hati atau akan lebih populer disebut sakit liver dan akan menyerang lambung (maag).

Minuman keras terbagi menjadi 3 jenis yaitu :

1. minuman keras ringan, yaitu minuman kers yang kadar alkoholnya rendah antara 2 sampai 4 persen, misalnya bir.
2. minuman keras sedang, yaitu minuman keras yang kadar alkoholnya antara 5 sampai 9 persen misalnya minuman yang dibuat dari buah anggur.
3. minuman keras berat, yaitu minuman yang kadar alkoholnya tinggi lebih dari 10 persen seperti whisky.

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN DAN KONSELING

LAYANAN INDIVIDUAL

Nama Sekolah : MAN YOGYAKARTA 1

Semester : I / II

Alokasi Waktu : 1 X 45 menit

Tahun Pelajaran: 2016/2017

- | | | | |
|----|--------------------|---|--|
| 1. | Masalah | : | Keterlambatan Sekolah |
| 2 | Tugas Perkembangan | : | Memahami letak permasalahan sehingga dapat membangun pribadi ke arah yang lebih disiplin waktu. |
| 3 | Bidang Layanan | : | Pribadi |
| 4 | Jenis Layanan | : | Konseling Perorangan |
| 5 | Sasaran Pelayanan | : | 10a2, 10is3 |
| 6 | Fungsi Layanan | : | Pengentasan |
| 7 | Tujuan Layanan | : | Konseli tidak mengulangi perbuatannya. |
| 8 | Bentuk kegiatan | : | Individual |
| 9 | Tempat Kegiatan | : | Ruang Konseling |
| 10 | Pelaksana Kegiatan | : | Mahasiswa ppl UNY |
| 11 | Pendekatan/Teknik | : | Behaviour |
| 12 | Proses Kegiatan | : | |
| a. | Keg.Pendahuluan | : | Membangun hubungan pribadi dengan Konseli |
| b. | Kegiatan Inti | | |
| | 1). Identifikasi | : | Menggali berbagai macam hal berkaitan dengan masalah |
| | 1). Diagnosa | : | Memperkirakan penyebab dari masalah |
| | 2). Prognosa | : | Merencanakan penyelesaian masalah |
| | 3). Treatment | : | Membahas tentang masalah |
| | 4). Evaluasi | : | Mengkaji kelebihan dan kekurangan dari alternatif yang muncul dan menanyakan komitmen konseli tentang waktu pelaksanaannya |

- c. Pengakhiran : Menyatakan kemantapannya atas keputusan yang telah di ambil
- 13 Rencana Penilaian
- a. Laiseg : Melakukan penilaian segera dengan UCA (Understanding,Comfort and Action) setelah selesai proses layanan.
- b. Laijapen : Melakukan penilaian jangka pendek (Laijapen) setelah satu bulan selesai pelaksanaan layanan.
- c. Laijapang : Melakukan penilaian jangka panjang (Laijapang) setelah satu tahun selesai pelaksanaan layanan.
- 14 Rencana Tindak Lanjut : Perlu diadakan konseling tahap berikutnya

Yogyakarta, 16 Agustus 2016

Mengetahui

Guru Pembimbingan Lapangan,

Mahasiswa PPL UNY,



DRS. KHAMDAN JAUHARI

NIP. 196507022005011002



Angga Bagus Dharmawan

NIM.13104241025

Lampiran konseling individu 1

A. Identitas Konseli

Identitas diri konseli

Nama	:	A
Umur	:	15 tahun
Alamat	:	Stan Maguwoharjo, Depok, Sleman
Agama	:	Islam
Janis kelamin	:	Laki-laki
Hobby	:	Bermain basket dan menghafal Al-Qur'an
Jumlah saudara	:	5
Anak ke	:	3

Identitas orang tua

Nama Ayah	:	Khamdaril
Umur Ayah	:	64
Alamat Ayah	:	Stan Maguwoharjo, Depok, Sleman
Pekerjaan Ayah	:	Pensiunan PNS
Nama Ibu	:	Hudho'itatur Nasamah
Umur Ibu	:	55
Alamat Ibu	:	Stan Maguwoharjo, Depok, Sleman
Pekerjaan Ibu	:	Ibu Rumah Tangga

B. Deskripsi Kasus (Data)

A adalah siswa kelas 10 IIS 3 MAN Yogyakarta 1, dia mempunyai masalah sering terlambat masuk sekolah. Sudah 2 kali dia terlambat masuk sekolah. Alasannya dia terlambat yang pertama dia bangun kesiangan dan alasan terlambat yang kedua karena menemani ayahnya mengambil uang di atm. Kegiatan yang dilakukan oleh A terhitung padat, karena dia mengikuti les setelah pulang sekolah dan merasa dia belum bisa membagi waktu dan karena hal tersebut farhan jadi sering kecapean. Belum lagi kegiatan di sekolah yang padat. Di rumah farhan juga tidak bisa tidur gasik, dia selalu tidur malam.

C. Diagnosis

Terlambat karena bangun kesiangan dan ada hal lain yang mendadak.

D. Prognosis

Dari diagnosis yang sudah diketahui, dapat diambil prognosis yaitu:

- 1) Konseling bahvioristik. Dengan konseling behavioristik konseli diajak untuk menyusun jadwal kebiasaan yang akan dilakukan seperti memanajemen waktu. Agar siswa dapat mengatur waktu dengan baik dan tidak bangun kesiangan lagi karena terlalu banyak kegiatan.
- 2) Konseling individual agar konseli dapat mengatur waktu lebih baik lagi



KEMENTERIAN AGAMA
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA I

NSM. 131134710001

ALIH FUNGSI SGHA (1951 - 1954) & PHIN (1954 - 1978)

Jalan. C. Simanjuntak No. 60 Telp. (0274) 513327 Fax. 513327 Yogyakarta



RAHASIA

PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

LAISEG

Hari, Tanggal Layanan : Selasa, 16 Agustus 2016
Jenis Layanan : Individual Perorangan / Kelompok *)
Pemberi Layanan : Mas Angga

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Keterlumbutan siswa dan kegiatan yang membuat terlumbut masuk sekolah
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Menjadi lebih paham dalam membagi waktu dalam kegiatan yang banyak
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Merasa lebih berdaya lagi dan senang bisa mengikuti layanan tersebut
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Membuat jadwal kegiatan sehari-harinya
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Mendapat ilmu yang berhasil agar tidak terlumbut lagi dan bisa di share ke teman-teman yang belum terlumbut juga
 - b. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?
6. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?
Harapannya saya semoga mas Angga bisa lebih baik lagi dalam melayani siswa-siswi yang bermasalah dr BK. Sukes selalu yaa mar...!!!

Yogyakarta, 16 Agustus 2016

(Farhan Mudhalir)

Kelas : X IPS 3

*) Coret salah satu

Lampiran konseling individu 2

1. Identitas Konseli

Identitas diri konseli

Nama	:	B
Umur	:	15 tahun
Alamat	:	Jl. Nangka 1, Gg. Gori 1, Sleman, Yogyakarta
Agama	:	Islam
Janis kelamin	:	Laki-laki
Hobby	:	Olahraga dan menjelajah
Jumlah saudara	:	3
Anak ke	:	2

Identitas orang tua

Nama Ayah	:	Bambang Seno Yudho
Umur Ayah	:	49
Alamat Ayah	:	Metro, Lampung
Pekerjaan Ayah	:	PNS
Nama Ibu	:	Lilik Toyibah
Umur Ibu	:	47
Alamat Ibu	:	Metro, Lampung
Pekerjaan Ibu	:	PNS

2. Deskripsi Kasus (Data)

B adalah siswa kelas 10 MIPA 2 MAN Yogyakarta 1, dia mempunyai masalah sering terlambat masuk sekolah. Di sekolah dia mengikuti kegiatan yang padat, dia pulang ke rumah biasanya malam karena ada kegiatan di luar sekolah. Dia juga sering tidur larut malam. Dia sering terlambat karena bergantian mengantar oleh ibunya. Ibunya mengantar adeknya ke sekolah terlebih dahulu, kemudian baru jodi yang diantar ke sekolah. Belum juga dijalan kena macet karena jalan dari rumah jodi menuju sekolah sering macet. Itu yang menyebabkan jodi jadi terlambat masuk sekolah.

3. Diagnosis

Terlambat karena bergantian mengantar oleh ibunya.

4. Prognosis

Dari diagnosis yang sudah diketahui, dapat diambil prognosis yaitu:

- 3) Konseling behaviouristik. Dengan konseling behavioristik konseli diajak untuk menyusun jadwal kebiasaan yang akan dilakukan seperti memanajemen waktu. Agar siswa dapat mengatur waktu dengan baik agar tidak kecapean lagi.
- 4) Konseling individual agar konseli dapat mengatur waktu dan mengkomunikasikan ke ibunya, agar mengantar adiknya lebih awal.


**KEMENTERIAN AGAMA
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA I
NSM. 131134710001**
ALIH FUNGSI SGHA (1951 - 1954) & PHIN (1954 - 1978)
Jalan. C. Simanjuntak No. 60 Telp. (0274) 513327 Fax. 513327 Yogyakarta

RAHASIA

**PENILAIAN HASIL
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**

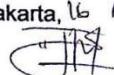
LAISEG

Hari, Tanggal Layanan	: Selasa, 16 Agustus 2016
Jenis Layanan	: Perorangan <input checked="" type="checkbox"/> Kelompok <input type="checkbox"/>
Pemberi Layanan	: Pak Anangsa

Isilah titik-titik di bawah ini dengan singkat.

1. Topik-topik apakah yang telah dibahas melalui layanan tersebut?
Alasan kenapa bukan barangkali telat.....
2. Hal-hal atau pemahaman baru apakah yang Anda peroleh dari layanan tersebut?
Tara mensatasi supaya tidak terlambat kelas.....
3. Bagaimanakah perasaan Anda setelah mengikuti layanan tersebut?
Merasa termotivasi.....
4. Hal-hal apakah yang akan Anda lakukan setelah mengikuti layanan tersebut?
Untuk menghadiri dari kedepannya lebih baik kelas, dan tidak malas-malasan ketika dia yang sang.....
5. Apakah layanan yang Anda ikuti berkaitan langsung dengan masalah yang Anda alami?
 - a. Apabila ya, keuntungan apa yang Anda peroleh?
Ya, bisa memanajemen waktu untuk kedepannya.....
 - b. Apabila tidak, keuntungan apa yang Anda peroleh?
.....
6. Tanggapan, saran, pesan atau harapan apa yang ingin Anda sampaikan kepada pemberi layanan?
Jaga berterimakasih untuk motivasi yang sudah diberikan.....

Yogyakarta, 16 Agustus 2016


Ismail Jadi Anggoro
Kelas : X MIPA 2

*) Coret salah satu

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA



MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1

Jalan C. Simanjuntak Nomor 60, Yogyakarta

Telepon (0274) 513327, (0274) 555159, Faximile (0274) 513327

Website :www.manyoga1.sch.id; Email: info@manyoga1.sch.id

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

LAYANAN INFORMASI

TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : Tips cara belajar efektif
2. Bidang : Bimbingan pribadi, belajar
3. Tujuan :
 - a. Tujuan Umum : siswa dapat mengetahui cara belajar efektif
 - b. Tujuan Khusus:
 - 1) Siswa mendapatkan manfaat dari cara belajar yang efektif
 - 2) Siswa mendapatkan nilai yang lebih baik di setiap mata pelajaran
4. Fungsi : Informasi dan pemahaman
5. Sasaran : siswa kelas X, MAN Yogyakarta 1
6. Waktu : 1 X 45 Menit
7. Pihak Terkait : Siswa-siswi dan guru BK
8. Pendekatan/Teknik: Ceramah, Diskusi
9. Media/Alat : Brosur
10. Pokok-pokok materi :
 - a. Tips cara belajar efektif
11. Uraian Kegiatan :

Uraian Kegiatan	Kegiatan	Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1) Guru BK menyiapkan alat bahan yang akan digunakan2) Guru BK mengkondisikan kelas3) Guru BK memulai layanan diawali dengan salam dan berdoa4) Guru BK mengecek kehadiran siswa	5 Menit

	<p>5) Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan diberikan</p> <p>6) Guru BK menjelaskan apa yang akan dilakukan dalam layanan ini</p>	
Inti	<p>1) Guru BK menjelaskan materi yang akan disajikan dan membagikan brosur</p> <p>2) Guru BK melakukan tanya jawab dengan murid</p> <p>3) Guru BK mengamati proses selama berlangsungnya materi</p>	30 Menit
Penutup	<p>1) Guru BK ikut berdiskusi dengan murid-murid, dengan menampilkan materi yang sebelumnya dibahas</p> <p>2) Guru BK menyampaikan harapan yang ingin dicapai oleh murid-murid dan guru BK sendiri</p> <p>3) Guru BK menguatkan komitmen peserta didik terhadap hasil layanan</p> <p>4) Guru BK dan siswa bersama-sama merencanakan tindak lanjut</p>	15 Menit

12. Evaluasi :

a. Penilaian proses :

- 1) Semua siswa sangat antusias dalam mengikuti layanan ini
- 2) Semua siswa sangat komunikatif dalam mengikuti layanan ini
- 3) Layanan ini sesuai dengan need assesment yang sudah di laksanakan
- 4) 100% siswa hadir pada saat layanan ini berlangsung

b. Penilaian hasil :

- 1) Siswa mengetahui cara-cara belajar efektif
- 2) Siswa dapat memahami bagaimana cara belajar yang baik dan efektif
- 3) Siswa menemukan cara belajar yang efektif
- 4) Siswa mampu menerapkan tips-tips cara belajar efektif dalam kehidupan sehari-hari

13. Lampiran : Materi

14. SumberBahan :

- a. <http://www.matrapendidikan.com/2015/10/cara-belajar-efektif-dan-efisien.html> diakses tanggal 02 september 2016 pukul 08:18 WIB
- b. <http://www.salamedukasi.com/2014/07/tips-cara-belajar-yang-efektif-baik-dan.html> diakses tanggal 02 september 2016 pukul 08:30 WIB

Yogyakarta, 02 September 2016

Guru BK MAN Yogyakarta 1



Drs. R Khamdan Jauhari

NIP. 196507022005011002

Mahasiswa PPL



Angga Bagus Dharmawan

NIM. 13104241025

Belajar Efektif

Belajar yang efektif adalah proses belajar mengajar yang berhasil guna, dan proses pembelajaran itu mampu memberikan pemahaman, kecerdasan, ketekunan, kesempatan dan mutu / kualitas yang lebih baik serta dapat memberikan perubahan perilaku dan dapat diaplikasikan atau diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga hasil dari pembelajaran itu akan dapat menghasilkan sumber daya manusia yang unggul.

Bagaimana cara belajar yang efektif dan efisien? Berikut adalah beberapa cara alternatif yang mungkin dapat diterapkan oleh siswa:

1. Belajar pada waktu yang tepat

Aktivitas belajar membutuhkan konsentrasi sehingga mudah menyerap materi belajar. Ini berarti kegiatan belajar tidak bisa diselingi dengan kegiatan lain. Cari waktu belajar yang membuat siswa bisa konsentrasi penuh. Biasanya setiap siswa mempunyai waktu berbeda dalam belajar.

2. Belajar dalam suasana nyaman

Tidak mungkin belajar pada suasana yang hiruk-pikuk. Oleh sebab itu ciptakan suasana dan kondisi belajar yang nyaman. Jika tidak memungkinkan belajar di rumah, coba cari tempat lain yang tenang dan nyaman. Misalnya di tempat yang rindang dan hawa sejuk. Bebas dari kebisingan.

3. Belajar dilengkapi bahan dan sumber belajar

Buku catatan sekolah perlu dilengkapi dengan buku sumber belajar yang relevan. Begitu pula gadget yang mempunyai koneksi internet dapat digunakan untuk mencari tahu sesuatu yang berkaitan dengan materi pelajaran.

4. Belajar secara rutin

Kebiasaan siswa adalah menumpuk atau menunda-nunda belajar sehingga materi pelajaran yang dipelajari menjadi banyak. Atau hanya belajar ketika ada ulangan di sekolah. Ini kebiasaan yang kurang baik dan bisa menimbulkan kemalasan untuk belajar.

Sebaiknya biasakan belajar secara rutin walaupun hanya beberapa menit saja.

5. Belajar secara berkelompok

Belajar berkelompok lebih efektif daripada sendirian. Dengan berkelompok dapat saling berdiskusi atau bertukar pikiran mengenai bahan pelajaran yang didiskusikan. Selain itu dapat saling berbagi ilmu pengetahuan dengan anggota kelompoknya.

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA



MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1

Jalan C. Simanjuntak Nomor 60, Yogyakarta

Telepon (0274) 513327, (0274) 555159, Faximile (0274) 513327

Website :www.manyoga1.sch.id; Email: info@manyoga1.sch.id

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

LAYANAN INFORMASI

TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : Bahaya Pergaulan Bebas
2. Bidang : Bimbingan pribadi, sosial
3. Tujuan :
 - a. Tujuan Umum : siswa dapat mengetahui bahaya pergaulan bebas
 - b. Tujuan Khusus:
 - 1) Siswa menghindarkan diri dari pergaulan bebas
 - 2) Siswa mendapat wawasan tentang bahaya pergaulan bebas
4. Fungsi : Informasi dan pemahaman
5. Sasaran : siswa kelas XI, MAN Yogyakarta 1
6. Waktu : 1 X 45 Menit
7. Pihak Terkait : Siswa-siswi dan guru BK
8. Pendekatan/Teknik: Ceramah, Diskusi
9. Media/Alat : Brosur
10. Pokok-pokok materi :
 - a. Pengertian pergaulan bebas
 - b. Ciri-ciri pergaulan bebas
 - c. Faktor penyebab pergaulan bebas
 - d. Cara mengatasi pergaulan bebas
12. Uraian Kegiatan :

Uraian Kegiatan	Kegiatan	Waktu
Pendahuluan	1) Guru BK menyiapkan alat bahan yang akan digunakan	5 Menit

	<p>2) Guru BK mengkondisikan kelas</p> <p>3) Guru BK memulai layanan diawali dengan salam dan berdoa</p> <p>4) Guru BK mengecek kehadiran siswa</p> <p>5) Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan diberikan</p> <p>6) Guru BK menjelaskan apa yang akan dilakukan dalam layanan ini</p>	
Inti	<p>1) Guru BK menjelaskan materi yang akan disajikan dan membagikan brosur</p> <p>2) Guru BK melakukan tanya jawab dengan murid</p> <p>3) Guru BK mengamati proses selama berlangsungnya materi</p>	30 Menit
Penutup	<p>1) Guru BK ikut berdiskusi dengan murid-murid, dengan menampilkan materi yang sebelumnya dibahas</p> <p>2) Guru BK menyampaikan harapan yang ingin dicapai oleh murid-murid dan guru BK sendiri</p> <p>3) Guru BK menguatkan komitmen peserta didik terhadap hasil layanan</p> <p>4) Guru BK dan siswa bersama-sama merencanakan tindak lanjut</p>	15 Menit

13. Evaluasi :

a. Penilaian proses :

- 1) Semua siswa sangat antusias dalam mengikuti layanan ini
- 2) Semua siswa sangat komunikatif dalam mengikuti layanan ini
- 3) Layanan ini sesuai dengan need assesment yang sudah di laksanakan
- 4) 100% siswa hadir pada saat layanan ini berlangsung

b. Penilaian hasil :

- 1) Siswa mengetahui bahaya pergaulan bebas
- 2) Siswa dapat memahami dampak pergaulan bebas
- 3) Siswa dapat menghindarkan diri dari pergaulan bebas

15. Lampiran : Materi

16. SumberBahan :

- a. <http://www.artikelsiana.com/2015/09/pengertian-pergaulan-bebas-penyebab.html> diakses pada tanggal 2 September 2016 pukul 09.00 WIB

Yogyakarta, 02 September 2016

Guru BK MAN Yogyakarta 1



Mahasiswa PPL



Drs. R Khamdan Jauhari

NIP. 196507022005011002

Angga Bagus Dharmawan

NIM. 13104241025

Lampiran 1: Materi

Pengertian Pergaulan Bebas, Penyebab, Akibat & Cara Mengatasinya

A. Pengertian Pergaulan Bebas, Penyebab, Akibat & Cara Mengatasinya|Secara Umum

Pengertian Pergaulan Bebas adalah salah bentuk perilaku menyimpang yang melewati batas dari kewajiban, tuntutan, aturan, syarat, dan perasaan malu. atau pergaulan bebas dapat diartikan sebagai perilaku menyimpang yang melanggar norma agama maupun norma kesusastraan. Pengertian Pergaulan Bebas diambil karna arti dari *Pergaulan dan bebas*. Pengertian pergaulan adalah merupakan proses interaksi antara individu atau individu dengan kelompok. Sedangkan bebas adalah terlepas dari kewajiban, aturan, tuntutan, norma agama dan norma kesusastraan. Pergaulan berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian seorang individu baik pergaulan positif atau negatif.

Pergaulan positif berupa kerja sama antara individu atau kelompok yang bermanfaat. Sedangkan pergaulan negatif mengarah pada pergaulan bebas yang harus dihindari oleh setiap masyarakat khususnya bagi remaja yang masih labil atau masih mencari jati dirinya dan di usia remaja lebih mudah terpengaruh serta belum dapat mengetahui baik atau tidaknya perbuatan tersebut.

Pengertian Pergaulan Bebas Menurut Agama - Pengertian pergaulan bebas menurut agama adalah proses bergaul dengan orang lain terlepas dari ikatan yang mengatur pergaulan. Pergaulan bebas tertuang dalam Surat An-Nur ayat 30-31 bahwa *hendaknya kita menjaga pandangan mata dalam bergaul*.

B. Ciri-Ciri Pergaulan Bebas

Ciri-Ciri Pergaulan Bebas - Pergaulan bebas dapat diketahui dengan beberapa ciri-ciri yang menandakannya antara lain sebagai berikut..

- Penghamburan harta untuk memenuhi keinginan sex bebasnya
- Rasa ingin tahu yang sangat besar

- Terjadi perubahan-perubahan emosi, pikiran, lingkungan pergaulan dan tanggung jawab yang dihadapi.
- Terjerat dalam pesta hura-hura dengan menggunakan obat-obat terlarang seperti ganja, putau, ekstasi, dan pil-pil setan lainnya.
- Menimbulkan perilaku munafik dalam masyarakat
- Perilaku yang tidak baik
- Pakaian terbuka
- Mudah mengalami kegelisahan, tidak sabar, emosional, selalu ingin melawan, rasa malas, perubahan dalam keinginan, selalu menunjukkan eksistensi dan kebanggan diri serta selalu ingin mencoba banyak hal.
- Sering mengalami tekanan mental dan emosi
- Ingin mendapatkan harta dan uang dengan menghalalkan segala cara termasuk dengan jalan yang salah, keji dan haram.

C. Faktor Penyebab Pergaulan Bebas

Penyebab Pergaulan Bebas - Hal yang terjadi dalam pergaulan bebas banyak bertolak belakang dengan aturan-aturan dan norma-norma dalam etika pergaulan, hal ini didasari atau disebabkan dari banyak faktor-faktor penyebab pergaulan bebas antara lain sebagai berikut...

1. Rendahnya Tarah Pendidikan Keluarga

Rendahnya tarah pendidikan keluarga yang berpengaruh besar sebagai penyebab terjadinya pergaulan bebas. Contohnya, keluarga mengisinkan sang anak untuk berpacaran dan ditambah tanpa adanya pengawasan yang menyebabkan anak terjerumus dalam pergaulan bebas.

2. Keadan Keluarga Yang Tidak Stabil (Broken Home)

Keadaan keluaga sangat berpengaruh pada tingkah laku atau perkembangan psikil remaja yang mana keadaan orang tua yang tidak harmonis yang membuat perkembangan psikis anak terganggu dan anak cenderung kesenangan diluar untuk merasa senang, dan melupakan hal yang terjadi di keluarganya karena orang tua tidak memberi kasih sayang, sehingga sang anak mencari kesenangan diluar berbuntut pada pergaulan bebas.

3. Orang Tua yang Kurang Memperhatikan

Tidak diperhatikan oleh orang tua yang sibuk dengan pekerjaannya sehingga anak kurang mendapat perhatian sehingga sang anak bebas dalam beraktivitas.

4. Lingkungan Setempat Kurang Baik

Lingkungan sekitar merupakan faktor pembentuk keperibadian seseorang, jika dilingkungan tersebut merupakan lingkungan yang kurang kondusif maka sang anak akan terjerumus ke dalam pergaulan bebas dimana kitak ketahui bahwa perkembangan seseorang lebih ditentukan pada lingkungan dari pada keluarga.

5. Kurang Berhati-Hati Dalam Berteman

Teman dapat menuntun kita ke arah yang positif dan negatif dimana sebagian besar pergaulan bebas terjadi karena berteman dengan orang yang tidak baik.

6. Keadaan Ekonomi Keluarga

Keluarga ekonomi yang rendah, membuat anak tidak dapat bersekolah dan biasanya banyak pula yang putus sekolah yang membuat pergaulan anak tersebut dengan remaja yang senasip yang membuat perilaku sang anak menjadi tambah parah.

7. Kurangnya Kesadaran Remaja

Kurangnya kesadaran remaja terjadi merupakan implikasi dari kurangnya pengetahuan remaja tersebut akan dampak pergaulan bebas.

8. Adanya Teknologi Informasi (Internet)

Dari adanya internet memudahkan untuk mengakses jenis macam budaya yang tidak sesuai dengan norma ketimuran.

D. Akibat Pergaulan/Dampak Pergaulan Bebas

Terjadinya pergaulan bebas memberikan pengaruh besar baik bagi diri sendiri, orang tua, masyarakat dan juga negara, pengaruh-pengaruh tersebut dari dampak yang ditimbulkan dari pergaulan bebas antara lain sebagai berikut..

- **Bahaya dari pergaulan bebas adalah seks bebas.** Seks bebas adalah dua orang yang berhubungan suami istri tanpa ikatan pernikahan sampai dengan kehamilan diluar nikah yang tentu saja memalukan diri sendiri, orang tua, masyarakat, dan Indonesia dengan adat ketimuran.
- **Ketergantungan Obat.** Dari ajakan teman karena pikiran yang masih labil menggiringnya mengkonsumsi obat terlarang sampai membuat ketagihan dengan ketergantungan obat-obat terlarang hingga berlebihan dan berdampak overdosis yang diakhiri dengan kematian.
- **Menurunnya tingkat kesehatan.** Pergaulan bebas dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti HIV AIDS dan banyaknya yang menggugurkan kandungan yang tentu saja membahayakan kesehatannya serta mengkonsumsi obat-obat terlarang yang semua hal tersebut dapat menurunkan kesehatan.
- **Meningkatkan Kriminalitas.** Bahaya pergaulan bebas yang satu ini dapat terjadi karena jika pencadu narkoba tidak lagi memiliki uang untuk membeli

maka jalan keluar yang cepat adalah dengan melakukan tindakan kriminalitas.

- **Meregangkan Hubungan Keluarga.** Pergaulan bebas dapat meregangkan hubungan antara keluarga karena beberapa penyebab yang biasanya karena emosi meledak-ledak dan bahkan sampai rasa hormat kepada orang tua akan dapat hilang.
- **Menyebarluaskan Penyakit.** Pergaulan bebas yang akrab dengan seks bebas, dan narkoba membuat berbagai penyakit dapat menyerang orang-orang sekitar yang tidak bersalah.
- **Menurunnya Prestasi.** Seorang dengan pergaulan bebas lebih cenderung bersenang-senang dan dapat menghilangkan konsentrasi belajar akibat dari minuman keras dan narkoba.
- **Berdosa.** Pergaulan bebas sudah tentu akan mendapat dosa yang belum rasakan selagi masih hidup, namun saat kematian menjemput yang dihantarkan kepada balasan atas doa-dosa yang pernah diperbuat yaitu ke neraka.

E. Cara Mengatasi Pergaulan Bebas

Cara Mengatasi Pergaulan Bebas - Masalah apapun dapat diatasi, baik itu pergaulan bebas hal ini dapat diatasi, dan dicegah dengan solusi-solusi penanganan dan pencegahan pergaulan bebas dengan beberapa cara antara lain sebagai berikut...

1. Memperbaiki Cara Pandang

Bersikap optimis dan hidup dalam kenyataan untuk mendidik anak-anak untuk berusaha dan menerima hasil usaha walaupun tak sesuai dengan apa yang dinginkan sehingga apabila hasilnya mengecewakan dapat menanggapi dengan positif.

2. Jujur Pada Diri Sendiri

Menyadari dan mengetahui apa yang terbaik untuk dirinya sehingga tidak menganiyaya emosi dan diri mereka sendiri.

3. Menanamkan Nilai Ketimuran

Nilai ketimuran atau nilai keislaman sangat penting dalam membentuk kepribadian seseorang dengan meningkatkan keimanan sebagai pegangan atau perisai untuk berpikir ke pergaulan bebas.

4. Menjaga Keseimbangan Pola Hidup

Maksudnya adalah dengan manajemen waktu, emosi dan energi agar selalu berpikir positif dengan kegiatan ositif setiap hari.

5. Banyak Beraktivitas Secara Positif

Dengan banyak aktivitas positif maka tidak ada waktu untuk memikirkan hal-hal negatif.

6. Berpikir Masa Depan

Berpikir masa depan adalah agar dapat menyusun langkah-langkahnya dalam menggapai masa depan yang ia cita-citakan yang dia impikan agar tidak menjadi seorang yang hampa tanpa harapan dan tanpa cita-cita.

7. Mengurangi Menonton Televisi

Televisi menjadi sumber informasi yang mendidik, Namun kenyataannya bertolak belakang, karena kebanyakan televisi hanya menyiarkan hiburan-hiburan dengan nilai-nilai gaya hidup bebas.

8. Selalu Membaca Buku

Membaca buku memberikan kita wawasan luas baik itu wawasan dalam pelajaran di sekolah maupun wawasan akan kehidupan yang baik dan mengetahui lebih cepat hal-hal yang tidak baik dan tidak boleh dilakukan.

9. Berkommunikasi dengan Baik

Dengan berkomunikasi dengan baik kita dapat berhubungan baik dengan masyarakat dan membuat masyarakat tahu akan diri dan tidak mengajak kepada hal yang negatif karena lingkungan atau masyarakat tidak akan mengganggu.

10. Sosialisasi Bahaya Pergaulan Bebas

Dengan sosialisasi akan bahaya pergaulan bebas membuat masyarakat terutama para remaja mengetahui bahaya yang ditimbulkan dari pergaulan bebas sebagai langkah pencegahan.

11. Menegakkan Aturan Hukum

Dengan penegakan aturan hukum memberikan efek jera kepada pergaulan bebas dan sebagai benteng terakhir untuk menyelamatkan generasi muda anak bangsa Indonesia.

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA



MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1

Jalan C. Simanjuntak Nomor 60, Yogyakarta

Telepon (0274) 513327, (0274) 555159, Faximile (0274) 513327

Website :www.manyoga1.sch.id; Email: info@manyoga1.sch.id

SATUAN LAYANAN BIMBINGAN

LAYANAN INFORMASI

TAHUN AJARAN 2016/2017

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. Materi/Topik Bahasan | : Tips Menghadapi Ujian Masuk Perguruan Tinggi |
| 2. Bidang Bimbingan | : Karir |
| 3. Tujuan Layanan | : |
| a) | Siswa mengetahui apa yang harus dilakukan untuk menghadapi ujian masuk PT |
| b) | Siswa mengetahui dan memahami tips dan trik menghadapi ujian masuk PT |
| 4. | Fungsi Layanan : Pemahaman dan Informasi |
| 5. | Sasaran Layanan : Siswa kelas XII MAN Yogyakarta 1 |
| 6. | Waktu Penyelengaraan : 1 x 45 menit |
| 7. | Pihak-pihak yang dilibatkan : Siswa-siswi dan guru BK |
| 8. | Metode/Teknik : Diskusi, Ceramah |
| 9. | Media/Alat : Brosur |
| 10. | Uraian Kegiatan : |

Uraian kegiatan	Kegiatan	Waktu
Pendahuluan	1) Guru BK menyiapkan alat dan bahan yang akan digunakan	5 menit

	<ul style="list-style-type: none"> 2) Guru BK mengkondisikan kelas 3) Guru BK memulai layanan diawali dengan salam dan berdoa 4) Guru BK mengecek kehadiran siswa 5) Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan diberikan 6) Guru BK menjelaskan apa yang akan dilakukan dalam layanan ini 	
Inti	<ul style="list-style-type: none"> 1) Guru BK menjelaskan materi yang akan disajikan dan membagikan brosur 2) Guru BK ikut berdiskusi tentang materi yang disajikan dengan murid-murid 3) Guru BK mengamati proses selama berlangsungnya materi 	30 Menit
Penutup	<ul style="list-style-type: none"> 1) Guru BK menyampaikan harapan yang ingin dicapai oleh murid-murid dan guru BK sendiri 2) Guru BK menguatkan komitmen peserta didik terhadap hasil layanan 3) Guru BK dan siswa bersama-sama merencanakan tindak lanjut 	15 Menit

12. Sumber : www.gilangkinasihan.blogspot.com

13. Lampiran : Materi

14. Evaluasi :

c. Penilaian proses :

- 1) Semua siswa sangat antusias dalam mengikuti layanan ini
- 2) Semua siswa sangat komunikatif
- 3) Layanan ini sesuai dengan need assesment yang sudah di laksanakan
- 4) 100% siswa hadir pada saat layanan ini berlangsung

d. Penilaian hasil :

- 1) Siswa mengetahui bagaimana caranya untuk mendaftar ke perguruan tinggi
- 2) Siswa mengetahui tips dan trik masuk ke PT favorit
- 3) Siswa mengetahui cara menghadapi ujian masuk ke perguruan tinggi

Yogyakarta, 03 September 2016

Mengetahui,

Guru BK MAN Yogyakarta 1

Mahasiswa PPL



Drs. R Khamdan Jauhari
NIP. 196507022005011002



Angga Bagus Dharmawan
NIM 13104241025

Lampiran: Materi

Tips Menghadapi Ujian

Masuk Perguruan Tinggi

Para pelajar kelas XII telah menyelesaikan studinya di bangku sekolah. Pastinya sebagian besar mempunyai impian melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi Negeri (PTN). Banyak siswa lulusan SMA untuk masuk PTN yang mereka inginkan namun juga banyak saingan untuk masuk PTN yang di inginkan,karena banyak yang mengincar tentunya pesaing juga banyak. Kalau persiapan kita kurang matang, bisa-bisa impian kuliah di PTN favorit sirna. Berikut tips dalam mengikuti seleksi masuk PTN yaitu:

1. Persiapkan kemampuan akademik dengan banyak latihan soal-soal SPMB dan UMPTN. Minimal mengulang soal-soal sampai 5 tahun ke belakang. Karena tipe soal yang keluar tiap tahun tidak akan jauh berbeda. *Practise makes you excellent *
2. Persiapkan mental.
Dekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa, banyak berdoa, beribadah, dan beramal dan junjung tinggi prinsip *Hope for the best, prepare for the worst*
3. Jaga kondisi tubuh.
Makan makanan bergizi, minum air putih minimal 8 gelas sehari, olahraga, dan istirahat 6-8 jam sehari agar pada waktu ujian tidak sakit.
4. Optimis dan berpikiran positif.
Ingat hukum tarik-menarik dalam *The Secret* . Jangan lupa tetap realistik untuk menentukan pilihan 1, 2, dan 3 pada SNM PTN.
5. Jangan biarkan perut kosong sebelum ujian.
6. Kerjakan ujian dengan rileks.
Setelah ujian selesai, jangan dibahas dulu, mending baca-baca untuk persiapan hari ke-2. Bahas soal ujian setelah ujian hari ke-2 selesai.
7. Ikhlas dan realistik.
Kalau semua daya upaya sudah dikerahkan, tinggal kita tunggu hasilnya saja dan tinggal menunggu hasilnya.

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA YOGYAKARTA



MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA 1

Jalan C. Simanjuntak Nomor 60, Yogyakarta

Telepon (0274) 513327, (0274) 555159, Faximile (0274) 513327

Website :www.manyoga1.sch.id; Email: info@manyoga1.sch.id

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

LAYANAN INFORMASI

TAHUN PELAJARAN 2016/2017

1. Topik : Bahaya Narkoba
2. Bidang : Bimbingan pribadi, sosial
3. Tujuan :
 - a. Tujuan Umum : siswa dapat mengetahui bahaya narkoba
 - b. Tujuan Khusus: siswa menghindarkan diri dari narkoba
 - 1) Siswa mengetahui bahaya narkoba dan obat-obatan terlarang
 - 2) Siswa menghindarkan diri dari narkoba
4. Fungsi : Informasi dan pemahaman
5. Sasaran : siswa kelas X, XI dan XII MAN Yogyakarta 1
6. Waktu : 1 X 45 Menit
7. Pihak Terkait : Siswa-siswi dan guru BK
8. Pendekatan/Teknik: Ceramah, Diskusi
9. Media/Alat : Poster
10. Pokok-pokok materi :
 - a. Pengertian narkoba
 - b. Macam-macam narkoba
 - c. Bahaya pemakaian narkoba
13. Uraian Kegiatan :

Uraian Kegiatan	Kegiatan	Waktu
------------------------	-----------------	--------------

Pendahuluan	1) Guru BK menyiapkan alat bahan yang akan digunakan 2) Guru BK mengkondisikan kelas 3) Guru BK memulai layanan diawali dengan salam dan berdoa 4) Guru BK mengecek kehadiran siswa 5) Guru BK menyampaikan tujuan layanan yang akan diberikan 6) Guru BK menjelaskan apa yang akan dilakukan dalam layanan ini	5 Menit
Inti	1) Guru BK menjelaskan materi yang akan disajikan dan membagikan brosur 2) Guru BK melakukan tanya jawab dengan murid 3) Guru BK mengamati proses selama berlangsungnya materi	30 Menit
Penutup	1) Guru BK ikut berdiskusi dengan murid-murid, dengan menampilkan materi yang sebelumnya dibahas 2) Guru BK menyampaikan harapan yang ingin dicapai oleh murid-murid dan guru BK sendiri 3) Guru BK menguatkan komitmen peserta didik terhadap hasil layanan 4) Guru BK dan siswa bersama-sama merencanakan tindak lanjut	15 Menit

14. Evaluasi :

a. Penilaian proses :

- 1) Semua siswa sangat antusias dalam mengikuti layanan ini
- 2) Semua siswa sangat komunikatif dalam mengikuti layanan ini
- 3) Layanan ini sesuai dengan need assesment yang sudah di laksanakan
- 4) 100% siswa hadir pada saat layanan ini berlangsung

b. Penilaian hasil :

- 1) Siswa mengetahui pengertian narkoba

- 2) Siswa dapat memahami jenis-jenis narkoba
 - 3) Siswa mengetahui bahaya penggunaan narkoba
 - 4) Siswa mampu menjauhkan diri dari narkoba
17. Lampiran : Materi
18. SumberBahan : <http://obatkistaovarium.net/bahaya-narkoba/> diakses tanggal 02 september 2016 pukul 10.00 WIB

Yogyakarta, 02 September 2016

Guru BK MAN Yogyakarta 1



Mahasiswa PPL



Drs. R Khamdan Jauhari

NIP. 196507022005011002

Angga Bagus Dharmawan

NIM. 13104244006

Lampiran : Materi

Bahaya Narkoba

Bahaya Narkoba-, Narkoba adalah singkatan dari narkotika dan obat-obatan berbahaya, istilah narkoba ini sangat berkaitan dengan senyawa yang memberi efek kecanduan bagi para penggunanya. Bahaya narkoba tidak hanya berpengaruh pada fisik saja tetapi bisa mengganggu mental atau jiwa pecandu narkoba tersebut, oleh karena itulah saya dalam situs yang ini ingin sekali berbagi pengetahuan tentang bahaya narkoba. Di samping memberikan informasi-informasi tentang pengobatan herbal situs ini juga ingin berbagi tentang informasi kesehatan lainnya yang mudah-mudahan bermanfaat bagi pembaca, seperti informasi tentang bahaya narkoba yang akan kita bahas sekarang.

A. Bahaya Narkoba Bagi Pecandunya

Bahaya Narkoba-, Bagi pecandu, bahaya narkoba tidak hanya merugikan masalah fisik saja tetapi akan mengalami gangguan mental dan kejiwaan. Sebenarnya narkoba ini merupakan senyawa-senyawa psikotropika yang biasa digunakan dokter atau rumah sakit untuk membiswas pasien yang mau dioperasi atau sebagai obat untuk penyakit tertentu, tetapi persepsi tersebut disalah artikan akibat penggunaan di luar fungsinya dan dengan dosis yang di luar ketentuan. Apabila salah gunakan, bahaya narkoba dapat mempengaruhi susunan syaraf, mengakibatkan ketagihan, dan ketergantungan, karena mempengaruhi susunan syaraf. Dari ketergantungan inilah bahaya narkoba akan mempengaruhi fisik, psikologis, maupun lingkungan sosial.

1) Bahaya narkoba terhadap fisik

- Gangguan pada system syaraf (neurologis)
- Gangguan pada jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler)
- Gangguan pada kulit (dermatologis)
- Gangguan pada paru-paru (pulmoner)
- Sering sakit kepala, mual-mual dan muntah, murus-murus, suhu tubuh meningkat, pengecilan hati dan insomnia
- Gangguan terhadap kesehatan reproduksi yaitu gangguan pada endokrin, seperti: penurunan fungsi hormon reproduksi (estrogen, progesteron, testosteron),

serta gangguan fungsi seksual.

- Gangguan terhadap kesehatan reproduksi pada remaja perempuan antara lain perubahan periode menstruasi, ketidakteraturan menstruasi, dan amenorhoe (tidak haid)
- Bagi pengguna narkoba melalui jarum suntik, khususnya pemakaian jarum suntik secara bergantian, risikonya adalah tertular penyakit seperti hepatitis B, C, dan HIV
- Bahaya narkoba bisa berakibat fatal ketika terjadi over dosis yaitu konsumsi narkoba melebihi kemampuan tubuh untuk menerimanya. Over dosis bisa menyebabkan kematian

2) Bahaya narkoba terhadap psikologi

- Kerja lamban dan seroboh, sering tegang dan gelisah
- Hilang rasa percaya diri, apatis, pengkhayal, penuh curiga
- Agitatif, menjadi ganas dan tingkah laku yang brutal
- Sulit berkonsentrasi, perasaan kesal dan tertekan
- Cenderung menyakiti diri, perasaan tidak aman, bahkan bunuh diri

3) Bahaya narkoba terhadap lingkungan sosial

- Gangguan mental
- Anti-sosial dan asusila
- Dikucilkan oleh lingkungan
- Merepotkan dan menjadi beban keluarga
- Pendidikan menjadi terganggu dan masa depan suram

Bahaya Narkoba Sesuai Jenisnya

Bahaya narkoba-, Narkoba memang memiliki jenis yang berbeda beda, tentu efek yang bisa ditimbulkan pun bisa berbeda beda sesuai jenisnya. Berikut adalah *bahaya narkoba* sesuai jenisnya:

1) Opioid:

- Depresi berat
- Apatis, gugup dan gelisah
- Banyak tidur, rasa lelah berlebihan
- Malas bergerak, kejang-kejang, dan denyut jantung bertambah cepat

- Selalu merasa curiga, rasa gembira berlebihan, rasa harga diri meningkat
- Banyak bicara namun cadel, pupil mata mengecil
- Tekanan darah meningkat, berkeringat dingin
- Mual hingga muntah
- luka pada sekat rongga hidung
- Kehilangan nafsu makan, turunnya berat badan

2) Kokain

- Denyut jantung bertambah cepat
- Gelisah, banyak bicara
- Rasa gembira berlebihan, rasa harga diri meningkat
- Kejang-kejang, pupil mata melebar
- Berkeringat dingin, mual hingga muntah
- Mudah berkelahi
- Pendarahan pada otak
- Penyumbatan pembuluh darah
- Pergerakan mata tidak terkendali
- Kekakuan otot leher

3) Ganja

- Mata sembab, kantung mata terlihat bengkak, merah, dan berair
- Sering melamun, pendengaran terganggu, selalu tertawa
- Terkadang cepat marah
- Tidak bergairah, gelisah
- Dehidrasi, liver
- Tulang gigi keropos
- Saraf otak dan saraf mata rusak
- Skizofrenia

4) Ectasy

- Enerjik tapi matanya sayu dan wajahnya pucat, berkeringat
- Sulit tidur
- Kerusakan saraf otak
- Dehidrasi
- Gangguan liver

- Tulang dan gigi keropos
- Tidak nafsu makan
- Saraf mata rusak

5) Shabu-shabu:

- Enerjik
- Paranoid
- Sulit tidur
- Sulit berfikir
- Kerusakan saraf otak, terutama saraf pengendali pernafasan hingga merasa sesak nafas
- Banyak bicara
- Denyut jantung bertambah cepat
- Pendarahan otak
- Shock pada pembuluh darah jantung yang akan berujung pada kematian.

6) Benzodiazepin:

- Berjalan sempoyongan
- Wajah kemerahan
- Banyak bicara tapi cadel
- Mudah marah
- Konsentrasi terganggu

LAMPIRAN FOTO

KEGIATAN

1) BIMBINGAN KLASIKAL



2) BIMBINGAN KELOMPOK



3) BUKU PRIBADI



4) PENDAMPINGAN BIMBINGAN KARIR BERSAMA NIEC



5) PENDAMPINGAN TES NARKOBA BERSAMA BNN



6) PIKET PERPUSTAKAAN



7) PENDAMPINGAN LOMBA KEBERSIHAN 17AN



8) HOME VISIT

