

LAPORAN INDIVIDU
PROGRAM PRAKTIK LAPANGAN TERBIMBING (PLT)

Lokasi :

SMA NEGERI 1 JETIS

Alamat ; Jl. Imogiri Barat Km 11 Kertan, Sumberagung, Jetis, Bantul

Periode, 15 September s.d 15 November 2017

Dosen Pembimbing Lapangan (DPL): Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si



Oleh :

ANASTASIA DWI ANGGITASARI

14104241021

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

2017

HALAMAN PENGESAHAN

Kami yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Anastasia Dwi Anggitasari
NIM : 14104241021
Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) di SMA Negeri 1 Jetis mulai tanggal 15 September 2017 sampai dengan 15 November 2017. Rincian hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Bantul, 07 November 2017

Dosen Pembimbing Lapangan PLT

Guru Pembimbing PLT

Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si.

Dra. Sri Wahyuni Mardiaty

NIP. 19660115 199303 1 003

NIP. 19591029 198503 2 003

Mengetahui,

Kepala Sekolah

Koordinator PLT

SMA Negeri 1 Jetis

SMA Negeri 1 Jetis

Mohammad Fauzan, M.M.

Dra. Juweni

NIP. 19621105 198501 1 002

NIP. 19620604 198803 2 003

KATA PENGANTAR

Puji syukur selalu kita panjatkan kehadirat Tuhan yang maha pemurah lagi maha penyayang, yang telah memberikan nikmat yang tidak terhingga salah satunya nikmat sehat dan nikmat sempat, sehingga laporan praktik lapangan terbimbing ini dapat selesai sesuai waktu yang telah ditentukan. Kegiatan praktik lapangan terbimbing yang kemudian disebut PLT dilaksanakan selama 2 bulan, mulai dari tanggal 15 September sampai 15 November pada hari Senin sampai Sabtu.

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) menjadi penting bagi mahasiswa karena bertujuan untuk mengaplikasikan secara langsung ilmu dan teori yang sudah didapat diperguruan tinggi. Pengalaman dalam memberikan layanan, hingga masalah terkait administrasi dapat kami jumpai dalam kegiatan ini. Demi kelancaran praktik lapangan terbimbing mahasiswa wajib menempuh mata kuliah Pembelajaran Mikro. Buku panduan, Dosen Pembimbing Lapangan serta Guru Pembimbing disekolah juga disiapkan guna tercapainya tujuan dari Praktik Lapangan Terbimbing ini.

Dengan selesainya penulisan laporan ini, Praktik Lapangan Terbimbing juga sekaligus berakhir. Terimakasih saya ucapkan kepada ibu Dra. Sri Wahyuni Mardiyati selaku Guru Pembimbing disekolah yang telah memberikan pengalaman dan bersedia untuk membagi ilmunya, kepada bapak Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si selaku Dosen pembimbing, Guru karyawan dan seluruh warga sekolah SMA N 1 Jetis dan tidak ketinggalan teman-teman PLT semuanya. Semoga kita semua dapat berjumpa diwaktu dan kesempatan yang lebih baik.

“BK Peduli Siswa”

Yogyakarta, November 2017

Mahasiswa

Anastasia Dwi Anggitasari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	
HALAMAN PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR LAMPIRAN	iv
ABSTRAK	v
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Praktik.....	2
C. Analisis Situasi dan Kondisi	2
BAB II PELAKSANAAN	
A. Persiapan PLT	10
B. Program Kegiatan PLT	11
C. Pelaksanaan Program PLT	12
D. Analisis Hasil	15
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan	17
DAFTAR PUSTAKA	18
LAMPIRAN	19

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kalender Akademik
2. Matrik Kerja PLT
3. Catatan Mingguan
4. Laporan Konseling Individu
5. Laporan Konseling Kelompok
6. Kartu Bimbingan PLT
7. Lembar Observasi Lembaga
8. Rencana Pemberian Layanan (RPL)
9. Lembar Kerja Siswa
10. Daftar Hadir Layanan BK
11. Media Lacak Masalah
12. Hasil Analisis MLM Individual
13. Dokumentasi

ABSTRAK

Oleh ; Anastasia Dwi Anggiasari

Dalam aspek penguasaan ilmu yang lengkap terdiri dari tiga kemampuan yaitu kognitif, afektif dan psikomotor. Ketiganya saling melengkapi dan menguatkan. Praktik Lapangan Terbimbing merupakan gabungan dari ketiga kemampuan tersebut. Tidak jauh berbeda dengan guru mata pelajaran, guru bimbingan dan konseling juga harus mengetahui dan menguasai teori-teori BK dan diterapkan dalam pemberian layanan pada konseli. Tujuan dari kegiatan ini adalah mahasiswa memperoleh pengalaman secara langsung dengan situasi dan kondisi yang nyata, sehingga pada akhirnya dapat menjadi konselor yang memiliki integritas dan profesionalitas. Praktik Lapangan Terbimbing dilaksanakan selama dua bulan mulai dari tanggal 15 September s.d 15 November. Mahasiswa akan memperoleh guru pembimbing lapangan sesuai dengan jurusan masing-masing. Kegiatan PLT BK di SMA Negeri 1 Jetis dimulai dari tahap observasi situasi, kondisi serta administrasi yang kemudian dituangkan kedalam matrik kerja PLT. Matrik kerja PLT BK mempertimbangkan 4 layanan BK yaitu layanan dasar, responsive, perencanaan individual dan dukungan system serta 4 bidang layanan BK yaitu pribadi, social, belajar dan karir. Untuk mengetahui kebutuhan dari siswa dan ketepatan layanan yang diberikan saya menggunakan angket Media Lacak Masalah (MLM). Setelah angket selesai dianalisis selanjutnya adalah menyiapkan Rencana Pemberian Layanan (RPL). Tema yang digunakan dalam RPL merupakan jenis permasalahan yang dialami oleh kebanyakan siswa. Dalam semester 1 tahun ajaran 2017/2018 Bimbingan dan Konseling di SMA N 1 Jetis tidak ada jam masuk kelas. Layanan Bimbingan dan Konseling sangat luas walaupun tidak ada jam masuk kelas masih bisa memberikan layanan seperti konseling individual, bimbingan kelompok, home visit. Seluruh program yang terdapat didalam matrik kerja PLT 85,7% dapat dilaksanakan. Kegiatan bimbingan dengan guru pembimbing disekolah berjalan berjalan setiap minggunya. Diakhir kegiatan praktik lapangan terbimbing mahasiswa wajib membuat laporan selama kegiatan PLT 2 bulan ini.

Kata Kunci : PLT, SMA Negeri 1 Jetis.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menjadi guru bimbingan dan konseling yang memiliki profesionalitas dan integritas yang tinggi tidaklah mudah, harus melalui proses yang anjang. Penguasaan teori yang baik, praktik yang bagus, serta pengalaman dalam dunia bimbingan dan konseling yang mumpuni akan menciptakan guru bimbingan dan konseling yang bermutu. Dalam prosesnya mahasiswa akan belajar terkait pemahaman dan permasalahan harus dikuasai oleh mahasiswa supaya dalam praktik dilapangan bisa berjalan dengan lancar.

Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan kegiatan wajib yang harus dilakukan oleh mahasiswa. Sebelum melaksanakan PLT, mahasiswa harus menempuh pembelajaran mikro dikampus, pembelajaran mikro lebih menekankan pada latihan serta koordinasi aal antara mahasiswa dengan dosen pembimbing. Praktik Lapangan Terbimbing Bimbingan dan Konseling disekolah merupakan kegiatan intrakulikuler sehingga harus dilakukan oleh semua mahasiswa bimbingan dan konseling. Kegiatan ini bertujuan untuk mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat, melihat kondisi nyata disekolah guna membentuk guru Bimbingan dan Konseling yang memiliki kemampuan serta keterampilan untuk memberikan layanan Bimbingan dan Konseling.

Guru Bimbingan dan Konseling memiliki tugas yang cukup berat walaupun jika melihat dilapangan kerja guru BK bisa dibilang tidak terlihat. Memaksimalkan potensi siswa dan membantu siswa dalam permasalahannya menjadi salah satu tugas guru BK disekolah. Citra guru BK 5 tahun terakhir sudah mulai membaik, dimana guru BK sudah tidak lagi dianggap polisi sekolah, sosok yang menyeramkan dan bertugas hanya menghukum siswa yang bermasalah. Membaiknya citra guru BK disekolah memudahkan tugas guru BK dalam memberikan layanan kepada seluruh siswa. Sehingga tujuan pokok yaitu membimbing siswa untuk mencapai puncak potensi dan melakukan konseling pada siswa yang memiliki hambata bisa terwujud.

Pelaksanaan Praktik Lapangan Terbimbing di SMA N 1 Jetis Bantul yang dilaksanakan dalam kurun waktu 2 bulan dimulai tanggal 15 September s.d 15 November merupakan bukti konkrit Universitas Negeri Yogyakarta untuk membentuk calon-calon guru Bimbingan dan Konseling yang memiliki

profesionalitas yang tinggi. Mahasiswa akan dibimbing oleh seorang dosen dan seorang Guru Pembimbing disekolah. Banyak kejadian serta pengalaman yang akan didapat karena kegiatan ini dilakukan dilakangan yang sesungguhnya yaitu sekolah.

Pada akhirnya nanti mahasiswa yang telah menempuh pendidikan jenjang S1 akan menjadi tenaga pendidik yang berdedikasi tinggi, berintegritas dan memiliki profesionalitas.

B. Tujuan Praktik

Kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) yang dilaksanakan disekolah selama 2 bulan , mulai 15 September sampai 15 November bertujuan untuk :

1. Memiliki keterampilan dalam memberikan layanan Bimbingan dan Konseling
2. Menguasai kompetensi sebagai guru Bimbingan dan Konseling
3. Dapat menganalisis kebutuhan para siswa disekolah
4. Mampu melakukan bimbingan dalam langkah preventif
5. Mampu memberikan layanan konseling dalam langkah kuratif
6. Mengetahui administrasi guru Bimbingan dan Konseling disekolah
7. Dapat membuat dan mempraktikan secara langsung Rencana Pemberian Layanan (RPL) disekolah
8. Melatih kerja sama baik dengan sesama mahasiswa atau dengan guru mata pelajaran untuk kepentingan siswa

Dengan tercapainya tujuan diatas mahasiswa akan memiliki bekal kemampuan dan pengalaman yang cukup untuk menjadi guru Bimbingan dan Konseling disekolah.

C. Analisis Situasi dan Kondisi

1. Sejarah SMA Negeri 1 Jetis Bantul

Pada tahun 1984 bulan November tanggal 20 Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI menerbitkan Surat Keputusan 0558/O/1984 Tentang Pendirian Sekolah di Kecamatan Jetis Kabupaten Bantul. Pada mulanya SMA Negeri 2 Bantul. Dua tahun kemudian (1986) SMA Negeri 1 Jetis menempati gedung baru di dusun Kertan Sumberagung Jetis Bantul. Dengan 9 kelas yang terdiri dari 3 kelas X, 3 kelas XI, 3 kelas XII.

Sebelum mencapai masa keemasan, SMA Negeri 1 Jetis telah melalui masa-masa sulit karena kebanyakan siswa masih menganggap sekolah yang lebih tua sebagai sekolah yang paling favorit. Dengan semakin banyaknya prestasi yang diraih para siswa baik dibidang akademik maupun non akademik, untuk saat ini SMA Negeri 1 Jetis Bantul merupakan salah satu sekolah di Bantul yang menjadi pilihan pertama bagi para lulusan SMP di Bantul dan sekitarnya.

2. Identitas Sekolah

Nama Sekolah	: SMA NEGERI 1 JETIS
Status	: Negeri
Akreditasi	: A
Alamat	: Kertan, Sumberagung, Jetis, Bantul, Yogyakarta
Provinsi	: Daerah Istimewa Yogyakarta
Kabupaten/Kota	: Bantul
Kecamatan	: Jetis
Desa	: Sumberagung
Jalan	: Imogiri Barat
Kode Pos	: 55781
Telepon/Fax	: (0274) 6993607/
Email/Website	: surat@sman1jetis-bantul.sch.id www.sman1jetis-bantul.sch.id

3. Visi dan Misi SMA Negeri 1 Jetis Bantul

a. Visi

“Berimtaq, Tangguh, Berprestasi, Unggul dalam IPTEK, Dinamis ke Arah Globalisasi, dan Arif dalam Lingkungan.”

b. Misi

- 1) Meningkatkan Imtaq dengan pembinaan kegiatan yang bersifat kompetitif, cerdas, berakhlak mulia dan berkepribadian Indonesia.
- 2) Meningkatkan prestasi dengan pembelajaran kreatif, inovatif, responsive, dan berwawasan lingkungan.
- 3) Melengkapi sarana penunjang dalam pembelajaran dan peningkatan teknologi yang ramah lingkungan.
- 4) Mengoptimalkan pelaksanaan 8k secara produktif, efektif, dan efisien.

4. Kondisi Fisik Sekolah

Secara garis besar kondisi fisik SMA Negeri 1 Jetis dalam hal ini gedung sekolah terdiri dari:

a. Ruang Kantor

SMA Negeri 1 Jeis memiliki lima ruang kantor yaitu ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang wakasek, ruang BK, dan ruang Tata Usaha (TU). Ruang Kepala sekolah dan ruang TU terletak disebelah utara bagian barat menghadap ke selatan membujur dari barat ke timur.

Ruang Kepala Sekolah terdapat di bagian barat ruang TU. Ruang Kepala Sekolah dan ruang TU. Ruang kepala Sekolah terdiri dari lemari, meja, kursi dan perangkat administrasi Kepala Sekolah. Sedangkan dibagian timurnya terdapat ruang TU yang dilengkapi fasilitas seperti meja, kursi, computer, printer, almari arsip, mesin tik, yang terletak diruangan khusus serta peralatan dan perlengkapan adminisrasi lainnya.

Sedangkan ruang guru sementara berada di paling timur dari ruang TU karena sebelahny sedang dilakukan renovasi untuk gedung ruang guru yang baru dimana ruang guru sementara terdiri dari meja dan kursi guru,almari guru serta perangkat mengajar. Didalam ruang guru ini terdapat ruang tamu yang terdiri dari lemari, meja dan kursi tamu untuk menerima tamu.

b. Ruang Belajar Mengajar

Ruang belajar mengajar yang ada di SMA Negeri 1 Jetis ada 24 ruang kelas. Adapun ruang kelas terdiri dari 8 kelas X yaitu kelas X MIPA 1, X MIPA 2, X MIPA 3, X MIPA 4, X MIPA 5, X IPS 1, X IPS 2, X IPS 3; 8 ruang kelas XI yaitu XI MIPA 1, XI MIPA 2, XI MIPA 3, XI MIPA 4, XI MIPA 5, XI IPS 1, XI IPS 2, XI IPS 3 dan ada 8 kelas XII yaitu XII MIPA 1, XII MIPA 2, XII MIPA 3, XII MIPA 4, XII MIPA 5, XII IPS 1, XII IPS 2, XII IPS 3.

Setiap ruang kelas memiliki kelengkapan administrasi kelas yang cukup memadai antara lain: meja dan kursi sejumlah siswa masing-masing kelas, *white board*, blackboard, penghapus, spidol, kapur tulis, LCD, Screen Viewer, almari kelas, kipas angin, papan absensi serta dilengkapi dengan peralatan kebersihan seperti sapu, serok sampah, dan kemoceng yang mendukung kebersihan kelas.

c. Laboratorium

SMA Negeri 1 Jetis memiliki lima ruang laboratorium yaitu laboratorium biologi, laboratorium kimia, laboratorium Bahasa, laboratorium IPS, dan laboratorium Komputer.

Fasilitas yang ada di laboratorium biologi antara lain meja dan kursi guru, meja dan kursi praktikan, peralatan praktikum, LCD, Screen Viewer, almari, awetan basah, lemari es, mikroskop, dll.

Laboratorium kimia terbagi menjadi tiga ruangan utama yaitu ruangan untuk praktikum yang terdiri dari meja dan kursi serta kran air dan bak yang menempel pada dindingnya. Ruangan ini dilengkapi dengan meja demonstrasi dengan posisi yang lebih tinggi dari pada meja praktikum siswa dilengkapi dengan white board, spidol, dan penghapus. Terdapat pula fasilitas LCD dan screen viewer. Ruang selanjutnya adalah ruang pengampu praktikum yang terdiri dari meja dan kursi serta rak untuk meletakkan buku-buku praktikum dan jas praktikum. Dan satu ruang lagi sebagai gudang untuk menyiapkan alat-alat yang berkaitan dengan kegiatan Praktikum Kimia.

Laboratorium fisika terdiri dari 3 ruang utama sama seperti laboratorium Kimia.

Laboratorium IPS terdiri dari 1 ruangan yang berisi meja, kursi, almari, televisi, poster-poster serta berbagai media pembelajaran untuk IPS serta digunakan sementara untuk karawitan dan gamelan.

Laboratorium Bahasa di SMA Negeri 1 Jetis baru digunakan sebagai kelas XII IPS 1. Fasilitas yang ada di dalam lab Bahasa seperti LCD screen viewer, serta peralatan multimedia.

Laboratorium yang selanjutnya adalah laboratorium computer yang terdiri dari tiga ruang utama. Satu ruang untuk praktikan siswa, satu ruang untuk meja laboran, dan satu ruang untuk menyimpan peralatan-peralatan elektronik. Laboratorium ini memiliki sekitar 32 komputer yang digunakan untuk pembelajaran. Fasilitas computer di ruangan ini telah dilengkapi dengan internet sehingga memberikan kemudahan bagi siswa untuk mengakses informasi serta fasilitas AC untuk menjaga kondisi ruangan agar peralatan-peralatan yang terdapat di Lab terjaga dengan baik.

d. Perpustakaan

Perpustakaan di SMA Negeri 1 Jetis terletak di lantai 2 bagian barat atas ruang guru. Dimana letak perpustakaan bersebelahan dengan aula. Perpustakaan SMA Negeri 1 Jetis dilengkapi dengan meja, kursi, dan rak-rak buku serta meja resepsionis untuk peminjaman dan pengembalian

buku. Fasilitas di perpustakaan SMA Negeri 1 Jetis sudah cukup lengkap namun masih kurang dalam penyediaan system informasi perpustakaan digital.

e. Sarana Olahraga

Sarana olahraga yang ada di SMA Negeri 1 Jetis antara lain:

1. lapangan voly
2. lapangan basket
3. lapangan futsal
4. gedung tempatn menyimpan peralatan olahraga
5. lapangan tenis meja
6. lapangan bulu tangkis
7. lapangan sepak takraw

f. Sarana Penunjang

1. Masjid
2. Ruang OSIS
3. Ruang Piket
4. Pos penjaga
5. Kantin sekolah
6. Ruang Bimbingan dan Konseling
7. Tempat parkir
8. Ruang UKS
9. Ruang Koperasi
10. Ruang AVA
11. Ruang Pramuka
12. Ruang Kesenian
13. Ruang Keterampilan
14. Kamar mandi/ WC

5. Kondisi Non-Fisik SMA Negeri 1 Jetis

Untuk memperlancar jalannya pendidikan guna mencapai tujuan, maka sekolah mempunyai struktur organisasi tahun ajaran 2016/2017 sebagai berikut :

a. Kepala Sekolah

Kepala sekolah SMA Negeri 1 Jetis dijabat oleh Mohammad Fauzan, M.M. Tugas dari kepala sekolah adalah :

- 1) Sebagai administrator yang bertanggung jawab pada pelaksanaan kurikulum, ketatausahaan, administrasi personalia pemerintah dan pelaksanaan dari atasan.
 - 2) Sebagai pemimpin usaha sekolah agar dapat berjalan dengan baik.
 - 3) Sebagai supervisor yang memberikan pengawasan dan bimbingan kepada guru, karyawan dan siswa agar dapat menjalankan fungsinya dengan baik dan lancar.
- b. Wakil Kepala Sekolah

Dalam menjalankan tugasnya Kepala Sekolah dibantu 4 Wakil Kepala Sekolah, yaitu:

- 1) Wakasek Urusan Kurikulum yang dijabat oleh Dra. Juweni
 - 2) Wakasek Urusan Kesiswaan yang dijabat oleh Drs. Bambang Yuwono, M.Pd
 - 3) Wakasek Urusan Humas yang dijabat oleh Yasin Supangat, S.Pd
 - 4) Wakasek urusan Sarana dan Prasarana yang dijabat oleh Drs. Agus Sudibyo
- c. Potensi Guru dan Karyawan

Guru-guru SMA Negeri 1 Jetis memiliki potensi yang baik dan sangat berdedikasi dibidangnya masing-masing. Dari segi kedisiplinan dan kerapian guru-guru SMA Negeri 1 Jetis sudah cukup baik. Jumlah karyawan di SMA Negeri 1 Jetis cukup memadai potensi yang cukup baik sesuai dengan bidangnya.

Jumlah tenaga pengajar sebanyak 61 orang dengan tingkat pendidikan S1 dan S2. Selain menjalankan tugas masing-masing guru masih harus membagi jadwal untuk menjaga meja tamu atau jaga piket.

Selain tenaga pengajar juga terdapat petugas perpustakaan, laboran laborototium biologi, pegawai Tata Usaha (TU) dan tugas kebersihan, yang berjumlah 18. Jumlah staff Tata Usaha (TU) ada 18 orang, terdiri dari PNS dan 6 pegawai tidak tetap (PTT).

- d. Potensi Siswa

Potensi dan minat belajar siswa SMA Negeri 1 Jetis adalah baik. Sebgaian siswa memanfaatkan waktu belajar mereka dengan cukup baik, misalnya waktu istirahat digunakan sebagian siswa untuk membaca buku di perpustakaan dan sholat Dhuha bagi yang beragama Islam. Siswa-siswa SMA Negeri 1 Jetis memiliki kedisiplinan dan kerapian cukup baik.

Kegiatan belajar mengajar yang diselenggarakan di SMA Negeri 1 Jetis dimulai pukul 07.00 sampai pukul 13.45 WIB, untuk hari Jum'at dimulai pukul 07.00 sampai 11.25 WIB. Apabila siswa memiliki keperluan keluar sekolah dalam jam belajar siswa diharuskan meminta izin kepada sekolah melalui guru mata pelajaran yang sedang mengajar dan guru piket. Apabila ada siswa yang melanggar peraturan sekolah maka akan dicatat pada buku pelanggaran yang dilakukan.

Jumlah siswa kurang lebih 750 anak. Banyaknya prestasi yang diperoleh siswa baik dalam pelajaran maupun olahraga. Siswa aktif dalam kelas, organisasi, maupun ekstrakurikuler.

e. Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan Konseling merupakan pemberian layanan bantuan kepada individu baik secara langsung maupun tidak langsung oleh konselor kepada konseli untuk membantu menyelesaikan masalah konseling dan agar konseli dapat memilih jalan hidupnya sendiri.

Bimbingan dan Konseling diadakan di sekolah dalam bidang kesiswaan dan urusan sekolah. Guru yang bertugas dalam bimbingan konseling ada 3 orang, yaitu :

1. Dra. Sri Wahyuni Mardiaty
2. Dra. Ruspriati
3. Drs. Bambang Yuwono, M.Pd

f. Kegiatan Pembelajaran Formal dan Non Formal

Kegiatan pembelajaran siswa dilakukan di dalam ruang kelas atau di ruang khusus seperti laboratorium, ruang keterampilan, atau di ruang penunjang kegiatan pembelajaran lainnya. SMA Negeri 1 Jetis mempunyai media yang cukup memadai untuk kelancaran kegiatan belajar mengajar. Guru mata pelajaran memfasilitasi siswa dengan layanan klinik belajar. Klinik belajar adalah bimbingan belajar yang dilaksanakan atas permintaan siswa kepada guru mata pelajaran yang akan dipelajari. Khususnya membantu siswa yang mengalami kesulitan belajar. Kegiatan ini berlaku untuk seluruh siswa SMA Negeri 1 Jetis, baik kelas X, XI, XII. Guru juga memfasilitasi dengan PMA. PMA adalah kegiatan bimbingan belajar khusus diberikan untuk siswa kelas XII, guna membimbing dan mempersiapkan siswa untuk menghadapi Ujian Akhir Sekolah (UAS) dan Ujian Akhir Nasional (UAN). Bimbingan belajar ini wajib diikuti oleh seluruh siswa kelas XII SMA Negeri 1 Jetis.

Sekolah juga memfasilitasi siswa dengan berbagai ekstrakurikuler. SMA Negeri 1 Jetis memiliki limabelas (15) kegiatan ekstrakurikuler, diantaranya :

1. Pramuka
2. Karawitan
3. Tari
4. Teater
5. Basket
6. Menjahit
7. Musik
8. PMR
9. KIR
10. Voly
11. Paduan Suara
12. Multimedia
13. Bahasa Inggris

OSIS telah berjalan baik dengan bimbingan guru pembimbingnya dan dapat menambah pengalaman organisasi para pengurusnya. Siswa juga dilibatkan dalam kepengurusan koperasi sekolah dan UKS (Unit Kesehatan Sekolah).

Ada juga kegiatan Pleton Inti (Tonti) yang bisa diikuti oleh para siswa untuk menambah pengalamannya dalam baris berbaris yang dapat digunakan untuk seleksi pemilihan paskibra.

Selain itu ada beberapa kegiatan penunjang belajar mengajar yang diikuti oleh siswa pada sore harinya. Kegiatan ini dijadikan wahana penyaluran, pengembangan minat dan bakat peserta didik.

6. Perumusan Program dan Analisis Hasil

Berdasarkan analisis situasi dari kegiatan observasi kemudian mempelajari permasalahan-permasalahan yang ada disekolah tersebut, maka tindakan yang selanjutnya dilakukan adalah mendata, menganalisis, memecahkan permasalahan tersebut dan merealisasikannya kedalam bentuk program yang dilaksanakan selama masa PLT berlangsung dengan mempertimbangkan kebutuhan dan manfaat bagi masyarakat sekolah, kondisi dan potensi baik dimiliki oleh siswa maupun sekolah, visi dan misi sekolah, sarana dan prasarana yang tersedia, pertimbangan dan kesesuaian kesepakatan dengan pihak sekolah, kesinambungan program, serta biaya, waktu dan latar belakang program studi yang dimiliki oleh praktikan.

Beberapa kegiatan yang dirancang untuk mendukung program PLT terkait dengan pertimbangan hasil analisis situasi dan observasi adalah sebagai berikut :

1. Piket 5S
2. Piket Hall
3. Piket Jaga Perpustakaan
4. Piket Jaga UKS
5. Presensi Kelas
6. Pendampingan Tadarus
7. Upacara Bendera
8. Upacara Sumpah Pemuda
9. Upacara Hari Pahlawan
10. Upacara Hari Kesaktian Pancasila
11. Pendampingan Ekstrakurikuler

Adapun perumusan program Bimbingan dan Konseling yang dibuat antara lain:

- a. Pelayanan Dasar, mencakup :
 - Bimbingan Klasikal
 - Bimbingan Kelompok
 - Pelayanan Orientasi
 - Pelayanan Informasi
 - Pengumpulan Data
- b. Pelayanan Responsif, mencakup :
 - Konseling Individual
 - Konseling Kelompok
 - *Home Visit*
- c. Perencanaan Individual, mencakup :
 - Penjurusan siswa kelas X
 - Penetapan penerimaan BSM
- d. Dukungan Sistem, mencakup :
 - Manajemen Program
 - Pembuatan Administrasi Guru

BAB II

PELAKSANAAN

A. Persiapan PLT

Persiapan praktik lapangan terbimbing diawali dari observasi dan orientasi yang dilakukan mulai dari bulan Juni sampai dengan Agustus 2017. Pada kegiatan ini mahasiswa dan kelompok PLT bersama-sama mendatangi sekolah lokasi PLT, tujuannya adalah :

1. Bertemu dan menjalin komunikasi dengan guru pembimbing lapangan.
2. Melakukan observasi dan wawancara terkait dengan kondisi dan situasi disekolah.
3. Melakukan pengamatan saat guru memberikan layanan kepada siswa baik dikelas maupun diluar kelas.
4. Melakukan permasalahan – permasalahan siswa yang akan menjadi bahan latihan penberian layanan di kampus.

Waktu pelaksanaan observasi dan orientasi ini disesuaikan dengan guru pembimbing lapangan disekolah, jika masih ada kekurangan informasi mahasiswa dapat menghubungi guru pembimbing lapangan. Guru pembimbing atas nama Anastasia Dwi Anggitasari adalah ibu Dra. Sri Wahyuni Mardiyati.

Setelah observasi dan orientasi selesai mahasiswa kembali ke kampus untuk melaksanakan pembelajaran mikro bersama dosen pembimbing lapangan. Pembelajaran mikro berlangsung kurang lebih selama 4 bulan. Kegiatan ini berisi latihan praktik memberikan layanan bimbingan klasikal dengan tema yang diangkat adalah dari hasil permasalahan yang ditemukan pada waktu observasi. Mahasiswa saling memberikan masukan dan bertukar ilmu untuk bahan pada saat pelaksanaan PLT nanti.

Tanggal 20 Juni 2017 mahasiswa melaksanakan pembekalan, kegiatan ini seperti kuliah umum, bertujuan memberikan gambaran apa saja yang harus dan tidak boleh dilakukan saat nantinya mahasiswa berada di sekolah.

B. Program Kegiatan PLT

Setiap mahasiswa yang melakukan praktik pengalaman lapangan harus memenuhi jumlah jam yang sudah ditemukan yaitu dengan total 256 jam. Kegiatan yang akan dilakukan selama pelaksanaan PLT disusun secara sistematis supaya

mahasiswa tidak biggung apa yang harus dikerjakan, oleh sebab itu program kegiatan PLT/ Matrik PLT harus disusun.

Program kegiatan yang disusun menyesuaikan dengan kondisi dan situasi disekolah, serta dari hasil observasi sebelumnya. Pada saat saya melakukan observasi bulan Juni guru BK tidak memiliki jam masuk kelas setiap minggunya karena sudah padat. Sehingga dalam penyusunann matrik kegiatan ada sedikit perubahan waktu dan pelayanan dasar tidak bisa disampaikan semua kelas.

Semua mahasiswa selesai menyusun matrik kegiatan PLT selanjutnya matrik tersebut dikonsultasikan kepada guru pembimbing lapangan untuk mengetahui program tersebut sesuai atau tidak dan juga bisa terlaksana atau tidak. Dosen mahasiswa lapangan juga wajib tahu matrik yang sudah dibuat oleh mahasiswa supaya terjadi kesepamahaman antara guru prmbimbing lapangan dengan guru pembimbing sekolah.

Berdasarkan ketentuan, program kegiatan yang harus dibuat oleh mahasiswa adalah program mingguan dimulai dari bulan September minggu ke-2 dan berakhir bulan November minggu ke-2. Dalam matrik tersebut terdapat program-program yang akan dilakukan selama 2 bulan dan juga rincian jumlah jam perminggunya. Apabila matrik sudah disetujui oleh guru pembimbing disekeloa dan diketahui oelh guru pembimbing lapangan maka matrik tersebut sudah bisa dimulai kegiatannya. Namun saat proses pelaksanaannya mengalami masalah yang harus dilakukan mahasiswa adalah mendiskusikan terlebih dahulu dengan guru pembimbing lapangan, apakah program tersebut masih bisa tetap berjalan atau harus diganti dengan program yang lainnya.

Pada proses pelaporan program kerja wajib dicantumkan karena itu merupakan pertanggung jawaban yang haruss ada. Selain itu juga untuk mengukur ketercapaian pelaksanaan program selama berlangsungnya kegiatan praktik pengalaman lapangan di sekolah. Berikut adalah program kerja yang saya susun :

C. Pelaksanaan Program PLT

Pelaksanaan Program Praktik Lapangan Terbimbing berlangsung selama 2 bulan mulai tanggal 15 september sampai 15 november. Program yang dilaksanakan adalah program yang sudah disusun dalam matrik kegiatan. Berikut adalah kegiatan-kegiatan serta pelaksanaan program yang telah terlaksana :

1. *Need Assessment*

Kegiatan ini terlaksana dengan baik. Metode yang digunakan adalah observasi dan wawancara dengan guru pembimbing disekolah. Dari hasil *need asssestment* guru memiliki jam masuk kelas setiap minggunya untuk

memberikan bimbingan klasikal. Bidang kerier dan layanan perencanaan individual sangat dibutuhkan siswa kelas XII. Masalah seperti sering tidak masuk kelas, telat dan *bullying* menjadi masalah yang harus segera di tangani.

2. Pembuatan Rencana Pemberian Layanan (RPL)

Kegiatan ini berlangsung dengan baik. RPL yang sudah tersusun sebanyak 5 materi yaitu dengan tema : Konsep diri, kenakalan remaja, *bullying*, fokus dan konsentrasi belajar, peminatan jurusan di PT. Dari ke-4 RPL tersebut diantaranya telah saya gunakan untuk memberikan layanan pada 4 kelas yaitu XI IPS 1, XI IPS 2, XI MIPA 1 dan XI MIPA 5.

3. Bimbingan Kelas

Kegiatan ini terlaksana, walaupun tidak ada jam masuk kelas guru pembimbing lapangan mencarikan jam untuk saya bisa memberikan layanan bimbingan kelas. Layanan yang saya berikan dan kelas yang mendapat layanan tercantum di no 2.

4. Pelayanan Informasi

Kegiatan ini terlaksana, informasi yang diberikan sesuai dengan permintaan siswa. Pelaksanaan kegiatan ini seperti tanya jawab dan berlangsung di depan kelas, tempat piket, dan jika saat masuk kelas disitu juga diberikan informasi.

5. Bimbingan Kelompok

Kegiatan ini terlaksana dengan baik. Karena ruang bimbingan belum ada permintaan siswa. Pelaksanaan kegiatan ini seperti tanya jawab dan berlangsung di depan kelas, di bawah pohon, tempat piket, dan jika saat masuk kelas disitu juga diberikan informasi.

6. Konseling Individual

Kegiatan ini berlangsung dengan baik. Saya menangani 2 konseli. Sesi konseling tidak hanya satu kali pertemuan namun hingga 2, 3 kali pertemuan. Dari kedua konseli ini yang menjadi permasalahan adalah pribadi sosial.

7. Konseling Kelompok

Kegiatan ini belum bisa terlaksana dikarenakan saya belum bisa memetakan siswa yang memiliki kecenderungan masalah yang sama.

8. Kolaborasi Dengan Guru Mapel/ Wali Kelas

Kegiatan ini berlangsung dengan baik. Karena BK tidak ada jam masuk kelas mau tidak mau harus meminta jam mata pelajaran lain supaya bisa memberikan layanan bimbingan klasikal. Respon dari guru juga baik dan mempersilakan jamnya untuk digunakan memberikan layanan bimbingan dan konseling.

9. Konsultasi

Kegiatan ini berlangsung dengan baik. Saya melakukan konsultasi dengan ibu Sri Wahyuni, guru pembimbing di sekolah. Yang saya konsultasikan adalah permasalahan yang saya temukan di sekolah baik dari konseling maupun bukan.

10. Pembuatan Media Bk

Kegiatan ini belum terlaksana. Rencana dari kegiatan ini adalah membersihkan papan yang ada di depan ruang BK setelah itu lalu ditempel dengan poster-poster bimbingan dan motivasi.

11. Membuat Buku Pantauan Siswa Kelas X – XII

Kegiatan ini berlangsung dengan baik. Buku pantauan ini berisi daftar pelanggaran siswa setiap kelas memiliki satu buku pantauan yang berisi form setiap siswa. Biasanya buku ditulis oleh siswa sendiri karena telat dan langgar tata tertib. Guru BK hanya menyediakan dan yang menindak adalah kesiswaan. Setelah dari kesiswaan baru masuk kelayanan bimbingan.

12. Membuat Buku Data Diri Siswa Kelas X – XII

Kegiatan ini berlangsung baik. Dilaksanakan pada awal masuk semester. Data diri siswa selalu di update setiap tahunnya untuk melakukan pembaharuan informasi. Guru GK sudah menyediakan form yang harus diisi oleh siswa form tersebut berisi data pokok siswa yang diperlukan oleh guru BK. Setelah semua siswa mengisi kemudian dijilid setiap kelasnya. Buku data diri ini sangat membantu guru BK dalam memberikan layanan dan mencari informasi apa bila dibutuhkan.

13. Melakukan Presensi Kelas

Kegiatan ini berlangsung dengan baik. Presensi dilakukan setiap harinya untuk membantu kehadiran siswa. Setiap kelas harus dipresensi untuk kemudian direkap tiap minggunya.

14. Menyusun Program Kelas

Kegiatan ini terlaksana. Tujuan dari kegiatan ini melatih mahasiswa supaya bisa menyusun program tahunan yang kemudian bisa diturunkan ke program bulanan hingga mingguan. Tidak jauh berbeda dengan menyusun program PPL yang sudah saya lakukan.

15. Input Data Beasiswa

Kegiatan ini berlangsung dengan baik, yang bertanggung jawab terkait dengan beasiswa adalah ibu Ruspriati. Input data beasiswa dilakukan pada siswa kelas X yang baru saja masuk. Tujuannya adalah untuk membuat data base siswa yang memiliki kartu jaminan seperti KKS, KIP, Kartu cerdas.

16. Bimbingan

Setiap mahasiswa memiliki dosen pembimbing lapangan dan guru pembimbing disekolah. Fungsi dari keduanya adalah untuk melakukan konsultasi serta diskusi terkait kegiatan selama PLT.

Bimbingan dengan guru pembimbing di sekolah. Saya lakukan setiap minggu. Guru pembimbing mengkroscek program yang sudah dilakukan dan akan dilaksanakan. Bimbingan ini menjadi penting karena mahasiswa akan mendapat masukan dan ilmu baru.

Bimbingan dengan dosen pembimbing lapangan dilakukan di bulan terakhir PLT. Dosen menanyakan hambatan-hambatan serta program yang masih memiliki kendala.

17. Upacara Hari Senin

Kegiatan ini berlangsung setiap hari senin. Mahasiswa PLT ikut melaksanakan upacara bendera bersama siswa dan juga guru SMA N 1 Jetis.

18. Upacara Kesaktian Pancasila, Sumpah Pemuda, Hari Pahlawan

Kegiatan ini dilaksanakan bertempat dilapangan Jetis, Bantul dan diikuti oleh sekolah sekitar Jetis.

19. Jaga Piket

Kegiatan ini berlangsung dengan baik setiap harinya. Tugas dari jaga piket adalah memencet bel. Memberikan surat ijin kepada siswa dan menyampaikan tugas dari guru yang berhalangan hadir. Dari segi bimbingan konseling jaga piket menjadi kegiatan pengamatan yang baik karena bisa melihat siswa yang sering ijin dan melakukan pendekatan interpersonal saat tidak ada jam masuk kelas.

20. Jabat Tangan

Kegiatan ini berlangsung setiap harinya sebelum jam masuk kelas. Jabat tangan dilakukan di depan halaman sekolah. Tujuan dari kegiatan ini selain menjalin hubungan baik dengan siswa juga memantau kedisiplinan siswa serta proses pendekatan interpersonal.

21. Kegiatan Tambahan

Kegiatan ekstrakurikuler. Pada praktik di lapangan tidak terjun langsung mendampingi ekstrakurikuler karena sudah ada gurunya masing-masing, namun secara administrasi membantu dalam pengelompokan siswa yang berminat kesetiap ekstranya, tujuan adalah membuat daftar peserta ekstra yang kemudian diserahkan kepada koordinator ekstrakurikuler.

Pendampingan OSIS. Kegiatan sebagai ajang untuk bertukar pikiran terkait masalah organisasi. Kegiatan OSIS yang mendampingi adalah MPLS dan Pemilos.

22. Penyusunan laporan

Proses penyusunan laporan dimulai dari tanggal 13 September dan paling lambat penyerahan laporan adalah 1 minggu setelah penarikan. Laporan tersebut diserahkan kepada guru pembimbing di sekolah serta dosen pembimbing lapangan. Dan juga pihak LPPMP berupa abstrak.

23. Penarikan

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 15 November dan menandai berakhirnya kegiatan Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) bagi seluruh mahasiswa yang melaksanakan. Setelah penarikan mahasiswa akan kembali ke kampus untuk melanjutkan perkuliahan seperti biasa.

Demikian penjelasan singkat mengenai program kegiatan PLT selama 2 bulan ini. Masih ada beberapa program yang belum bisa terlaksana, seperti yang saya jelaskan diatas. Saya selaku pelaksana sudah berusaha semampu saya untuk mencapai hasil yang maksimal.

C. Analisa Hasil

Berdasarkan pelaksanaan program praktik pengalaman lapangan yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa jumlah program keseluruhan berjumlah 22 program. Program yang terlaksana berjumlah 21 dan yang tidak terlaksana berjumlah 1 program. Program yang tidak terlaksana yaitu membuat media BK. Dengan kata lain 82,9 % program PPL telah terlaksana.

a. Analisa Hasil Pelaksanaan

Pelaksanaan program praktik lapangan terbimbing direncanakan selama 2 bulan mulai dari tanggal 15 September hingga 15 November 2017. Telah dilaksanakan dengan lancar hingga akhir.

Layanan yang diberikan yaitu layanan responsif, layanan dasar dan informasi. Layanan dukungan sistem serta administrasi. Untuk program administrasi menghasilkan buku pantauan siswa dan buku data pribadi siswa. Dalam layanan responsif salah satunya home visit telah memberikan pengalaman yang sangat berharga. Karena dimulai dari mengumpulkan informasi dari sekolah, lalu datang kerumah untuk mencari informasi yang mendukung teruntasnya masalah konseli dan berakhir pada proses konseli dengan siswa tersebut. Akhir dari permasalahan yang saya tangani adalah komunikasi keluarga membaik serta siswa yang bersangkutan sudah mulai tertib masuk sekolah.

Kegiatan pemberian layanan dikelas berlangsung selama 6 kali di kelas XI MIPA 1 sebanyak 2 kali, di kelas XI MIPA 5 sebanyak 1 kali dan XI IPS 1

sebanyak 1 kali dan XI IPS 2 sebanyak 1 kali. Sebelum memberikan layanan mahasiswa konsultasi terlebih dahulu dengan guru pembimbing disekolah terkait materi dan proses pelaksanaannya yang sudah disusun dalam Rencana Pemberian Layanan (RPL). Saat proses pemberian layanan guru pembimbing melakukan pengamatan terhadap mahasiswa bimbingannya. Setelah pemberian selesai guru pembimbing akan memberikan masukan terkait kekurangan dalam pemberian layanan dan bagian-bagian yang harus diperbaiki.

b. Hambatan

Secara keseluruhan hambatan tidak terasa. Namun melihat dari fungsi BK yaitu membimbing seluruh siswa dan melakukan konseling pada siswa yang memiliki masalah guru BK harus mengenal siswanya dengan begitu juga siswanya harus mengenal guru BK. Siswa dapat mengenal guru 85% karena guru tersebut masuk kelas dan 15% karena guru tersebut memiliki jabatan penting di sekolah atau guru ekstrakurikuler. Pada semester 1 tahun ajaran 2017/2018 guru BK di SMA N 1 Jetis tidak memiliki jam masuk kelas. Hal ini berdampak pada mahasiswa PLT karena harus melakukan pendekatan ekstra kepada siswa diluar kelas dan diluar jam pelajaran. Walau untuk melakukan pendekatan dapat dilakukan dengan berbagai cara namun hasilnya akan terpaut jauh secara kualitas maupun kuantitas dengan masuk kelas dan memberikan layanan di setiap minggunya. Maka sebab itu jam masuk kelas menjadi penting bagi guru BK dalam mengoptimalkan kinerja dan pemberian layanan.

c. Usaha Mengatasi Hambatan

Hambatan yang ada di SMA N 1 Jetis adalah guru BK tidak memiliki jam masuk kelas, sehingga untuk mengenal siswa secara lebih mendalam sedikit kesulitan. Untuk mengatasi hambatan tersebut mahasiswa melakukan beberapa alternatif yaitu :

- a. Melakukan pendekatan interpersonal dengan siswa saat di tempat piket.
- b. Menyapa dan komunikasi ringan dengan siswa di kantin, dan di depan kelas.
- c. Memanfaatkan tugas guru yang tidak bisa masuk kelas untuk memperkenalkan diri dan menjalin komunikasi.
- d. Meminta jam kosong mata pelajaran bila tidak ada tugas.

Alternatif diatas dapat membantu mahasiswa BK untuk lebih dekat dengan siswa dan kehadiran bimbingan dan konseling dapat mereka rasakan. Diakhir praktik pengalaman lapangan mahasiswa bisa dekat dengan siswa hingga mereka

yang mencari, bukan lagi saya yang harus mencari. Kreatifitas dan mampu memanfaatkan peluang dapat menjadi solusi bila tidak ada jam masuk kelas, sehingga eksistensi guru BK bisa dirasakan oleh siswa secara langsung.

BAB III

PENUTUP

Kesimpulan

Pelaksanaan program Praktik Lapangan Terbimbing (PLT) merupakan wadah bagi mahasiswa untuk mengaktualisasikan pengembangan dirinya sebagai calon tenaga pendidik yang professional dan berkompeten, terutama sebagai calon guru pembimbing yang professional dalam menangani siswa tidak hanya dengan teori tetapi secara langsung terjun ke lapangan dan memperoleh pengalaman yang nyata dalam mengatasi permasalahan siswa dan memberikan layanan didalam kelas. Mahasiswa juga dapat mengetahui kondisi nyata yang ada disekolah baik dari tenaga pendidik, siswa, konsep pelayanan, sosialisasi dengan warga di sekolah, dan mengetahui kondisi pelayanan, sosioalisasi dengan warga di seolah, dan mengetahui kondisi pendidikan secara nyata.

Pelaksanaan program PLT oleh mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling UNY di SMA Negeri 1 Jetis yang dimulai pada tanggal 15 September sampai dengan 15 November 2017, secara keseluruhan telah berjalan dengan baik dan lancar. Hal ini dapat dilihat dari program PLT yang terangkum dalam matrik PLT 82,9 % telah terlaksana. Semua itu tidak terlepas dari dukungan teman satu program studi, guru pembimbing di sekolah, dosen pembimbing, pihak sekolah dan juga teman-teman PLT dari berbagai jurusan yang lain.

Berdasarkan program Praktik Lapangan Terbimbing di SMA N 1 Jetis yang telah ditempuh, maka dapat disimpulkan bahwa ;

1. Pelaksanaan Program PLT berjalan dengan baik dan lancar. Program-program kegiatan yang tersusun dalam matriks kerja PLT dapat terealisasikan sebesar 82,9%.
2. Proses selama kegiatan PLT sangat memberikan pengalaman yang berharga dan nyata sehingga mahasiswa dapat membandingkan kondisi nyata dilapangan dengan kajian dan keilmuan yang didapat di perkuliahan.
3. Pelaksanaan pemberian layanan bimbingan dan konseling yang komperhensif dan menyeluruh bisa tercapau dengan pemahaman terhadap kondisi lapangan serta karakteristik siswa.
4. Terjalannya hubungan harmonis antar guru serta hubungan guru dengan peserta didik dan juga sarana prasarana yang memadai akan semakin mengoptimalkan kinerja dan layanan guru Bimbingan dan Konseling disekolah.

5. Hambatan-hambatan yang ada selama proses PLT disikapi dengan bijak dan mencari alternative guna tercapainya tujuan. Mengembangkan pikiran terbuka dan mau mencari solusi akan sangat membantu dalam proses penyelesaian hambatan yang ditemukan.

Mengacu pada undang-undang terkait Bimbingan dan Konseling yang ada, hendaknya pihak sekolah mampu menyediakan jam bagi guru Bimbingan dan Konseling untuk dapat bertatap muka dalam setting kelas supaya siswa tahu dan kenal dengan sosok guru BK. Sering siswa tidak tahu dengan guru BK disekolah apalagi dengan tugas dan pekerjaan guru BK di sekolah. Dengan adanya tatap muka dalam setting kelas minimal guru BK bisa mengenal lebih dekat dan dalam dengan para siswanya dan juga dapat menjelaskan fungsi guru BK di sekolah. Hingga pada akhirnya anti guru BK dapat berkontribusi nyata dalam membentuk siswa yang unggul, cerdas, taqwa, dan mandiri.

LAMPIRAN

KALENDER PENDIDIKAN SMA NEGERI 1 JETIS BANTUL 2017/2018

January							February							March							April							May							June						
Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
01	02	03	04	05	06	07				01	02	03	04				01	02	03	04							01				01	02	03	04							
08	09	10	11	12	13	14	05	06	07	08	09	10	11	05	06	07	08	09	10	11	02	03	04	05	06	07	08	07	08	09	10	11	12	13	04	05	06	07	08	09	10
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	12	13	14	15	16	17	18	09	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
29	30	31					26	27	28					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	

2018

July							August							September							October							November							December						
Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
					01	02		01	02	03	04	05	06				01	02	03	04							01				01	02	03	04							
03	04	05	06	07	08	09	07	08	09	10	11	12	13	04	05	06	07	08	09	10	02	03	04	05	06	07	08	06	07	08	09	10	11	12	08	09	10	11	12	13	14
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	09	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	15	16	17	18	19	20	21	18	19	20	21	22	23	24
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				26	27	28	29	30		
31																					30	31																			

2017

- | | | | | |
|-------------------------------|---|---|-----------------------------------|-----------------------------|
| Libur hari Minggu | UNBK SMA/SMALB (Utama) | Penerimaan Laporan Hasil Belajar (LHB) | 17 Hari Peringatan Kemerdekaan RI | 01 Hari Buruh Internasional |
| Libur Semester | UNBK SMK (Utama) | Hari-Hari Pertama Masuk Sekolah | 25 Hari Natal | 30 Tahun Baru Hijriyah |
| Ekstrakurikuler dimulai | UNBK SMA/SMK/SMALB (Susulan) | Hari Kelahiran Pancasila | 01 Tahun Baru 2018 | 05 Maulid Nabi Muhammad SAW |
| Porsenitas | Hari Guru Nasional | 30 Wafat Yesus Kristus | 16 Tahun Baru Imlek | 20 Hari Raya Walsak |
| Hari Pendidikan Nasional | Penilaian Akhir Semester | 02 Hari Raya Idul Fitri 1439 H | 12 Isra Mi'raj Nabi Muhammad SAW | 10 Kenaikan Yesus Kristus |
| Hari Ulang Tahun SMAN 1 Jetis | Penilaian Harian Bersama Sem. Gasal / Genap | 14 Hari Raya Idul Fitri 1439 H (Cuti Bersama) | 17 Hari Raya Nyepi | |

KETERANGAN

NO	TANGGAL	KETERANGAN	NO	TANGGAL	KETERANGAN
1	27 Juni s.d. 3 Juli 2017	Hari Libur Idul Fitri 1438 H / 2017	16	25 Desember 2017	Hari Natal 2017
2	4 s.d. 15 Juli 2017	Libur Kenaikan kelas	17	1 Januari 2018	Tahun Baru 2018
3	17 s.d. 19 Juli 2017	Hari-hari pertama masuk sekolah	18	5 s.d. 10 Maret 2018	Penilaian Harian Bersama Semester Genap
4	21 Agustus 2017	Ekstra kurikulum dimulai	19	26 s.d. 31 Maret 2018	Ujian Sekolah
5	17 Agustus 2017	HUT Kemerdekaan Republik Indonesia	20	2 s.d. 5 April 2018	UNBK SMK (Utama)
6	1 September 2017	Hari Besar Idul Adha 1438 H	21	9 s.d. 12 April 2018	UNBK SMA/SMALB (Utama)
7	21 September 2017	Tahun Baru Hijriyah 1439 H	22	16 s.d. 19 April 2018	UN SMA/SMK/SMALB (Susulan)
8	2 s.d. 7 Oktober 2017	Penilaian Harian Bersama Semester Gasal	23	1 Mei 2018	Libur Hari Buruh Nasional tahun 2018
9	20 November 2017	HUT SMAN 1 JETIS	24	2 Mei 2018	Hari Pendidikan Nasional tahun 2018
10	25 November 2017	Hari Guru Nasional	25	28 Mei s.d. 5 Juni 2018	Penilaian Akhir Tahun (Ulangan kenaikan Kelas)
11	1 Desember 2017	Maulid Nabi Muhammad SAW 1439 H	26	1 Juni 2018	Hari Kelahiran Pancasila
12	2 s.d. 8 Desember 2017	Penilaian Akhir Semester (UAS)	27	6 s.d. 8 Juni 2018	Porsenitas
13	13 s.d. 15 Desember 2017	Porsenitas	28	9 Juni 2018	Penerimaan Laporan Hasil Belajar (Kenaikan Kelas)
14	18 Desember 2017	Penerimaan Laporan Hasil Belajar (LHB)	29	24 Juni s.d. 14 Juli 2018	Libur Hari Raya Idul Fitri 1439 H

PERINGATAN HARI-HARI LINGKUNGAN HIDUP

10 Januari	Hari Sejuta Pohon
15 Januari	Hari Lahan Basah Sedunia
02 Februari	Hari Laut Dan Samudera Indonesia
20 Maret	Hari Kehutanan Sedunia
22 Maret	Hari Air Sedunia
23 Maret	Hari Meteorologi
22 April	Hari Bumi Internasional
03 Mei	Hari Surya
22 Mei	Hari Keanekaragaman Hayati Internasional
31 Mei	Hari Anti Tembakau Internasional
05 Juni	Hari Lingkungan Hidup Sedunia
16 September	Hari Ozon Internasional
20 September	Hari Emisi Nol
22 September	Hari Bebas Mobil
25 September	Hari Melayu



MATRIKS PROGRAM KERJA PLT
LOKASI PLT : SMA NEGERI 1 JETIS BANTUL
TAHUN 2017/2018

Universitas Negeri Yogyakarta

Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Bantul
 Alamat Sekolah : Jl. Imogiri Barat, Sumberagung, Jetis, Bantul
 Guru Pembimbing : Dra. Sri Wahyuni Mardiaty

Nama Mahasiswa : Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM : 14104241021
 Fak/ Jur/ Prodi : FIP/PPB/
 Bimbingan dan Konseling
 Dosen Pembimbing : Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si

Pelaksanaan PPL : 15 September 2017 - 15 November 2017

Nama Kegiatan	September		Oktober					November			JML JAM
	III	IV	I	II	III	IV	V	I	II	III	
Penyerahan Mahasiswa PLT UNY 2017											
A. PERSIAPAN											
I Pengumpulan Materi dan Penyusunan RPL		2		2	2	2	2	2			12
II Pembuatan Media Pembelajaran (Pamflet)		1			1				1		3
III Diskusi Dengan Teman Sejawat		2	2		2	2	2	2	2	2	16
IV Konsultasi dengan GPL	2	1	1		1	1	1	1	1	1	10
V Konsultasi dengan DPL PLT							1				1
B. PRAKTIK LAYANAN BK											
I PELAYANAN DASAR											
1 Bimbingan Klasikal											
a Praktik Mengajar Mandiri			1.5		1.5		1.5	1.5			6
b Praktik mengajar Terbimbing					1.5	1.5					3
2 Pelayanan Orientasi			1.5			1.5					3
3 Pelayanan Informasi											
a Pembuatan Poster										4	4
b Pembuatan Leaflet								4			4
4 Bimbingan Kelompok (XII MIPA 3)						2					2
5 Pelayanan pengumpulan data											0
a Media Lacak Masalah (MLM)		10	12								22
6 Pelayanan Administrasi		1	1		1	1	1	1	1	1	8
II PELAYANAN RESPONSIF											
a Layanan Konseling Individual						2			3		5
b Layanan Konseling Kelompok									2		2
c Konsultasi		0.5	0.5		0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	4
d Bimbingan Teman Sebaya			1.5		1.5		1.5		1.5		6
C. PRAKTIK LAYANAN NON BK											
I Upacara Bendera di Sekolah		1	1		1	1	1	1	1	1	8
II Piket Bersalaman		1	1		1	1	1	1	1	1	8
III Piket Loby	10	15	15		15	15	15	15	15	15	130
IV Piket UKS		1	1		1	1	1	1	1	1	8
V Mengawas UTS				18							
VI Membantu Penyelesaian Buku Perpustakaan		2	2		2	2	2	2	2	2	16
D. PROGRAM INSIDENTAL											
I Pendampingan Ekstrakurikuler basket		2	2		2	2	2	2	2		14
II Pendampingan KBM		2			2	4	3.5	4			15.5
III Pendampingan Kegiatan Rohani		0.15	0.15		0.15	0.15	0.15	0.15	0.15		1.05
E. PENYUSUNAN LAPORAN											
Penarikan Mahasiswa PLT UNY 2017											
									10		10
									2		2
Jumlah Jam	12	41.65	20	36.15	39.65	36.15	38.15	46.15	28.5	28.5	323.55

Yogyakarta, 19 September 2017

Mengetahui/Menyetujui,

Kepala SMA Negeri 1 Jetis Bantul

Dosen Pembimbing Lapangan

Mahasiswa,

Mohammad Fauzan, M.M.
 NIP. 19621105 198501 1 002

Dr. Muhammad Nur Wangid, M.Si
 NIP. 19660115 199303 1 003

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM. 14104241021



LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

CATATAN HARIAN PLT

TAHUN:2017

NAMA MAHASISWA : Anastasia Dwi Anggitasari

NAMA SEKOLAH : SMAN 1 Jetis Bantul

NO. MAHASISWA : 14104241021

ALAMAT SEKOLAH : Imogiri Barat km 11

FAK/JUR/PR.STUDI : FIP/PPB/BK

No.	Hari, tanggal	Pukul	Nama Kegiatan	Hasil Kualitatif/ Kuantitatif	Keterangan/ Paraf DPL
1.	Jumat/ 15- 9- 2017	09.00 – 10.00	Penyerahan PPL	<u>Hasil Kualitatif</u> : Diterima oleh WAKA Humas dan WAKA Kurikulum <u>Hasil Kuantitatif</u> : Dihadiri oleh mhs : 28 orang, DPL : 1 orang, guru koordinator PLT 1 orang, waka humas 1 orang	
		10.00 – 11.00	Observasi lingkungan sekolah	<u>Hasil Kualitatif</u> : Mendapatkan informasi mengenai ruangan yang ada di SMA Negeri 1 Jetis <u>Hasil Kuantitatif</u> : Dihadiri oleh 28 mahasiswa	

		11.00 - 12.00	Koordinasi dengan guru pembimbing	<p><u>Hasil Kualitatif</u> : Mendapatkan informasi mengenai materi layanan klasikal yang akan disampaikan, serta layanan BK lainnya.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> :</p> <p>Dihadiri oleh 1 mahasiswa dan 1 guru pembimbing</p>	
2.	Sabtu /16- 9- 2017	06.30 – 07.00	Piket Bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif</u> :</p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> :</p> <p>Dihadiri 27 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMA N 1 Jetis</p>	
		07.30 - 10.00	Piket jaga perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif</u> :</p>	

				<p>Melayani peminjaman dan pengembalian buku perpustakaan serta menyampuli buku-buku baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Ada 20 buku Bahasa Indonesia baru yang disampuli</p>	
		10.30-12.00	Menjaga Basecamp	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membersihkan basecamp, dan menjaga ruangan.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Ada 14 mahasiswa yang melakukan kerja bakti.</p>	
		14.00-14.30	Rapat koordinasi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Fiksasi jadwal piket, menentukan <i>dresscode</i> selama seminggu</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Ada 28 mahasiswa menghadiri rapat koordinasi</p>	

1.	Senin /18- 9- 2017	06.45- 07.00	Piket Bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMA N 1 Jetis</p>	
		07.00- 08.00	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Peserta upacara mengikuti upacara bendera Hari Senin dengan khidmat sebagai bentuk penghargaan kepada para pahlawan bangsa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa PLT UNY, 10 mahasiswa PPL STIQ An-Nur, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	
		08.45- 12.00	Piket Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melayani peminjaman dan pengembalian buku perpustakaan serta menyampuli buku-buku baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Ada 30 buku Bahasa Indonesia, 20 buku matematika yang disampuli. Kegiatan ini dihadiri oleh 5 mahasiswa dan 1 orang penjaga perpustakaan</p>	

		12.30- 13.00	Konsultasi dengan Guru Pembimbing	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berdiskusi mengenai layanan yang akan diberikan dan membicarakan <i>need assesment</i></p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri oleh 1 mahasiswa dan 1 guru pembimbinga</p>	
--	--	-----------------	---	---	--

				<p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 5 mahasiswa</p>	
		07.15-09.00	Piket lobby		
		09.10-10.00	Piket absensi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berkeliling di setiap kelas untuk mengecek kehadiran siswa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 2 mahasiswa</p>	
		10.15-12.00	Menyusun perangkat Layanan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyusun program program layanan BK</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 1 mahasiswa</p>	
		12.15-13.45	Menjaga UKS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menemani dokter UKS dan mengawasi siswa yang sakit</p>	

				<u>Hasil Kuantitatif :</u> Dihadiri 1 mahasiswa	
--	--	--	--	--	--

4.	Jumat /22- 9- 2017	06.30- 07.00	Piket Bersalaman	<u>Hasil Kualitatif :</u> Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan <u>Hasil Kuantitatif :</u> Dihadiri mahasiswa UNY, guru- guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul	
		08.00- 11.00	Menyusun Media Lacak Masalah	<u>Hasil Kualitatif :</u> Menyusun ruangan basecamp <u>Hasil Kuantitatif :</u> Dikerjakan sejumlah 1 mahasiswa.	

5.	Sabtu /23- 9- 2017	07.00 – 08.00	Piket Bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri mahasiswa UNY, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	
		08.00- 12.00	Piket Perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga Perpustakaan</p> <p>Memberi sampul buku-buku pelajaran baru yaitu buku fisika dan geografi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Memberi sampul sekitar 40 buku pelajaran</p>	
		14.00- 15.00	Evaluasi PLT	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p>	

				<p>Melakukan evaluasi PLT 1 Jetis Bantul</p> <p>Hasil <u>Kuantitatif</u> :</p> <p>Diikuti oleh mahasiswa PLT SMAN 1 Jetis Bantul</p>	
1.	Senin /25- 9- 2017	06.45- 07.00	Piket Bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif</u> :</p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> :</p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa pendidikan akuntansi, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	
		07.00- 08.00	Upacara Bendera	<p><u>Hasil Kualitatif</u> :</p> <p>Mengikuti kegiatan rutin upacara bendera</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> :</p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	
		08.00- 13.00	Piket lobby	<p><u>Hasil Kualitatif</u> :</p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif</u> :</p>	

		13.00-14.00	Menyusun Media Lacak Masalah	<p>Kegiatan ini dihadiri 3 mahasiswa</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyusun permasalahan social dan belajar</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>-</p>	
	Selasa /26-9-2017	06.45-07.00	Piket Bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	

		08.00-10.00	Menyusun Media Lacak Masalah	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menghasilkan list macam macam masalah pribadi dan karir</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 1 mahasiswa</p>	
		11.15-13.00	Pendampingan kelas	<p><u>Hasil Kualitatif:</u></p> <p>Mendampingi siswa kelas X MIPA 3 mengerjakan tugas fisika karena guru tidak dapat hadir</p> <p><u>Hasil Kuantitatif:</u></p> <p>Dilakukan oleh 1 orang mahasiswa dan 32 siswa kelas X MIPA 3</p>	
		13.10-14.00	Piket UKS	<p><u>Hasil Kualitatif:</u></p> <p>Mendampingi petugas UKS melaksanakan tugas di UKS</p> <p><u>Hasil Kuantitatif:</u></p> <p>Dilakukan oleh 2 orang mahasiswa dan 1 orang petugas UKS</p>	

		08.00-11.00	Menyusun MLM	<p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Fixsasi MLM dan konsultasi dengan guru pembimbing</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	
		13.00-13.45	Piket perpustakaan	<p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa dan 1 GPL</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga Perpustakaan</p> <p>Memberi sampul buku-buku pelajaran baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	
		15.30-18.00	Pendampingan ekstra Basket	<p>Memberi sampul sekitar 20 buku pelajaran</p> <p><u>Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi ekstra basket putra</p> <p><u>Kuantitatif</u></p> <p>Dihadiri olrh 12 siswa, 1 pelatih dan 1 mahasiswa</p>	

		11.30-12.00	Kerja bakti	<p>Dihadiri oleh siswa kelas X MIPA 1-XI MIPA 4, 5 guru pendmaing, dan mahasiswa PLT UNY</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi siswa kelas X MIPA 1 kerja bakti membersihkan kelas untuk menghadapi Penilaian Tengah Semester</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 32 siswa kelas X MIPA 1 dan 1 mahasiswa</p>	
	Minggu/1-10-2017	07.00-08.00	Upacara Hari Kesaktian Pancasila	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Upacara memperingati Hari Kesaktian Pancasila dilaksanakan untuk meningkatkan rasa menghormati jasa para pahlawan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh guru, karyawan, siswa, mahasiswa</p>	
1.	Senin/2-10-2017	06.30-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	

	06.50-07.00	Briefing	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Briefing persiapan Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>
	07.00-08.30	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Pendidikan Agama dan Budi Pekerti</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 27 siswa kelas XII MIPA 1 & XI IPS 3, 1 guru, 1 mahasiswa</p>
	09.00-10.30	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Matematika (wajib)</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 32 siswa kelas XII MIPA 2 & X IPS 1, 1 guru, 1 mahasiswa</p>
	11.00-12.30	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p>

				<p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Bahasa Jawa</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 16 siswa kelas X IPS 3, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
Selas a/3- 10- 2017	06.30- 07.00	Piket bersalaman		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
	07.00- 09.00	Mengawas PTS		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Bahasa Indonesia</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 31 siswa kelas XII MIPA 5 dan XII IPS 1, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
	10.00- 11.30	Mengawas PTS		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p>	

				<p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Kimia dan Sosiologi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 32 siswa kelas XI MIPA 2 dan XII IPS 3, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
Rabu/ 4-10- 2017	06.40- 07.00	Piket bersalaman		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
	07.00- 09.00	Mengawas PTS		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Bahasa Inggris</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 32 siswa kelas XI MIPA 3 dan X MIPA 1, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
	10.00- 11.30	Mengawas PTS		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran PKn</p>	

				<p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 32 siswa kelas XI MIPA 3 dan X MIPA 1, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
	Kamis/5-10-2017	06.35-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.30-09.00	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Biologi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 31 siswa kelas XI IPS 1 dan X MIPA 4, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
		10.00-11.30	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Bahasa Jawa dan Geografi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

				Dihadiri oleh 32 siswa kelas XII MIPA 2 dan X IPS 1, 1 guru, 1 mahasiswa	
	Jumat /6- 10- 2017	06.30- 07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.30- 09.00	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Fisika dan Geografi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 33 siswa kelas XII MIPA 5 dan XII IPS 1, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
		09.30- 11.00	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Sejarah Indonesia dan Ekonomi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

				Dihadiri oleh 31 siswa kelas XII MIPA 2 dan X IPS 1, 1 guru, 1 mahasiswa	
	Sabtu /7- 10- 2017	0640- 07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.30- 09.00	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Ekonomi dan Sejarah Indonesia</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 30 siswa kelas XII MIPA 3 dan XI IPS 2, 1 guru, 1 mahasiswa</p>	
		10.00- 11.30	Mengawas PTS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi jalannya Penilaian Tengah Semester SMA Negeri 1 Jetis mata pelajaran Sejarah (peminatan) dan Matematika (peminatan)</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

				Dihadiri oleh 33 siswa kelas XII IPS 1 dan XII MIPA 5, 1 guru, 1 mahasiswa	
	Senin /9- 10- 2017	06.50- 07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.00- 08.00	Upacara	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengikuti kegiatan rutin upacara bendera</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	
		08.00- 10.00	Piket lobby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 3 mahasiswa</p>	

		10.00-10.30	Membagikan kaos olah raga	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membagikan kaos olah raga bagi peserta didik kelas X</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 6 mahasiswa dan 1 guru</p>	
		11.00-11.25	Piket lobby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 3 mahasiswa</p>	
		11.25-13.40	Pendampingan kelas	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi kelas X IPS 3 mengerjakan soal Bahasa Inggris mengenai verb dan question tag</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 1 mahasiswa dan 32 siswa</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi kelas XII MIPA 2 mata pelajaran akuntansi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

		13.40-14.15	Pendampingan kel	<p>Kegiatan ini dihadiri 2 mahasiswa dan 32 siswa</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u> Mengkonsultasikan RPP dan materi yang telah disusun</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> Kegiatan ini dihadiri 1 guru dan 1 mahasiswa</p>	
		14.30-15.00	Konsultasi dengan guru		
Selasa/10-10-2017	06.40-07.00	08.00-10.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u> Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
			Piket perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u> Menjaga Perpustakaan dan Memberi sampul buku-buku pelajaran baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> Memberi sampul sekitar 25 buku pelajaran dilakukan oleh 4</p>	

		11.00-13.00	Menyusun perangkat pembelajaran	<p>mahasiswa dan 1 petugas perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyusun media pembelajaran berupa powerpoint mengenai jurnal khusus akuntansi perusahaan dagang</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 1 orang mahasiswa</p>	
	Rabu/11-10-2017	06.45-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		08.45-11.15	Menajaga Loby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 4 mahasiswa</p>	
		11.15-13.45	Analisis MLM	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Input data MLM kelas XI MIPA 1</p>	

				<p>Kuantitatif:</p> <p>Dilaksanakan 1 mahasiswa</p>	
Kami s/12- 10- 2017	06.45- 07.00	Piket bersalaman		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
	07.00- 07.15	Pendampingan Doa dan renungan siswa Kristiani		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berdoa dan melaksanakan renungan bersama sama</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 41 siswa dan 1 mahasiswa.</p>	
	07.15- 08.45	Layanan klasikal/ mengajar kelas		<p><u>Hasil kualitatif :</u></p> <p>Mengajar dikelas XI MIPA 1 dengan materi konsep diri.</p> <p>Kuantitatif :</p> <p>Dihadiri oleh 30 siswa dan 1 mahasiswa</p>	

		12.30-13.45	onsultasi dengan guru	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Evaluasi praktik mengajar dan membahas praktik selanjutnya</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa dan 1 guru</p>	
	Jumat /13-10-2017	06.40-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.30-10.00	Piket lobby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 5 mahasiswa</p>	
		10.00-10.30	Evaluasi	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Evaluasi dengan waka kurikulum Ibu Juweni. Pihak sekolah</p>	

		10.00-11.25	Membuat pamphlet	<p>mengucapkan terima kasih kepada mahasiswa PLT dan mengajak untuk lebih meningkatkan komunikasi dengan sekolah</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 21 mahasiswa dan 1 waka kurikulum SMA Negeri 1 Jetis</p> <p><u>Hasil Kualitatif</u></p> <p>Mencari materi untuk baha design pamphlet.</p>	
		12.00-13.00	Konsultasi dengan GPL	<p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dilakukan 1 mahasiswa,</p> <p>Hasil kualitatif:</p> <p>Konsultasi materi ajar klasikal dan kelas yang akan dimasuki.</p>	
	Sabtu /14-10-2017	06.30-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.00-08.45	Mengajar kelas	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas dan memberikan bimbingan klasikal dengan materi focus dan konsentrasi belajr</p>	

		09.30-10.15	Mendamping KBM	<p>dengan menggunakan media drawing therapy.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 1 guru pembimbing, 1 mahasiswa, 30 siswa kelas XI IPS 2</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi kelas XI MIPA 1 mata pelajaran ekonomi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri oleh 1 mahasiswa, 32 siswa kelas XI MIPA 1</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Siswa konsultasi dan sharing mengenai permasalahan yang ada dikelasnya.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri oleh 1 mahasiswa dan 2 siswa</p>	
	Senin /16-10-2017	06.45-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	

		07.00-08.00	Upacara	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengikuti kegiatan rutin upacara bendera</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri guru-guru, karyawan SMAN 1 Jetis, 28 mahasiswa dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	
		08.00-10.00	Piket lobby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 5 mahasiswa</p>	
		11.00-13.45	Pembuatan RPL	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyusun RPL dengan bidang layanan karier</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dilaksanakan oleh 1 mahasiswa</p>	
	Selas a/17-10-2017	06.40-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

		07.30-09.00	Konsultasi dengan guru	<p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengkonsultasikan RPP APBN dan APBD</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 1 guru pembimbing dan 1 mahasiswa</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Merevisi RPL, dan materi mengenai PTN</p> <p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa</p>	
		09.30-12.00	Menyusun perangkat pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif:</u></p> <p>Mendampingi petugas UKS melaksanakan tugas di UKS</p> <p><u>Hasil Kuantitatif:</u></p> <p>Dilakukan oleh 2 orang mahasiswa dan 1 orang petugas UKS</p>	
		13.00-13.45	Piket UKS		
	Rabu/18-10-2017	06.40-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p>	

		08.45-10.15	Menjaga Loby	<p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 4 mahasiswa</p>	
		11.15-12.00	Takziah	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Takziah atas meninggalnya suami Ibu Sri Sarjiyati di Wuluhadeg, Srigading, Sanden, Bantul</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri guru, karyawan, siswa SMAN 1 Jetis dan mahasiswa PLT UNY</p>	
		12.30-14.30	Konseling Individu	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan di sekolah, siswa kelas 12 yang memiliki banyak permasalahan disekolah.</p> <p><u>Hasil kuantitatif :</u></p>	

				Dilaksanakan oleh 1 siswa dan 1 mahasiswa BK.	
	Kami s/19- 10- 2017	06.30- 07.00 08.00- 11.00 12.15- 13.45	Piket bersalaman Takziah Pendampingan kelas	<p><u>Hasil Kualitatif :</u> Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u> Takziah atas meninggalnya siswa atas nama Riska Novian Ainur Fatheen kelas XII MIPA 3 di Canden, Jetis, Bantul</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> Dihadiri oleh guru,karyawan,siswa, dan mahasiswa</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u> Mendampingi kelas X MIPA 4 mata pelajaran Bahasa Inggris</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u> Dihadiri 32 siswa dan 2 mahasiswa</p>	
	Jumat /20- 10- 2017	06.45- 07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u> Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

		08.30-09.50	Mengajar kelas/layanan klasikal	<p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Memberikan layanan klasikal, bidang layanan belajar.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 siswa dan 1 mahasiswa</p>	
		10.00-11.25	Piket lobby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 6 mahasiswa</p>	
	Sabtu /21-10-2017	06.30-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.30-09.00	Pendampingan kelas	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi kelas XII MIPA 3 karena ditinggal guru pergi.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

		09.30-12.30	Piket perpustakaan	<p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa dan 33 siswa.</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menyampul buku paket</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 2 mahasiswa</p>	
		12.30-13.45	Menjaba basecamp	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membersihkan basecamp dan menjaga</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 14 mahasiswa</p>	
1.	Senin /23-10-2017	06.35-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		08.00-11.00	Piket perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga Perpustakaan dan Memberi sampul buku-buku pelajaran baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

		12.15-14.15	Piket lobby	<p>Memberi sampul sekitar 25 buku pelajaran dilakukan oleh 5 mahasiswa dan 1 petugas perpustakaan</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar / layanan klasikal di kelas XI MIPA 5 dengan materi bidang layanan Sosial</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 4 mahasiswa</p>	
Selasa/24-10-2017	06.40-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>		
	07.00-12.00	Piket lobby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 6 mahasiswa</p>		
	12.00-13.00	Konsultasi dengan GPL	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p>		

		13.00-14.00	Piket perpustakaan	<p>Konsultasi terkait dengan konseling individu dan kelompok</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dilakukan oleh 1 mahasiswa</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga Perpustakaan dan Memberi sampul buku-buku pelajaran baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Memberi sampul sekitar 15 buku pelajaran dilakukan oleh 3 mahasiswa dan 1 petugas perpustakaan</p>	
	Rabu/ 25-10-2017	06.35-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		08.00-11.00	Menyiapkan perangkat pembelajaran	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mempelajari materimengenai kenakalan remaja dan bahayanya.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa</p>	

		12.15-13.45	Mengajar kelas	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas XI IPS 1 dengan materi bidang layanan sosial</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 1 guru, 28 siswa dan 1 mahasiswa</p>	
Kami s/26-10-2017	06.40-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>		
	07.00-08.45	Bimbingan temab sejawat	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Saing sharing dan diskusi terkait suka duka PLT selama ini.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 14 mahasiswa</p>		
	10.00-13.45	Piket perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga Perpustakaan dan Memberi sampul buku-buku pelajaran baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Memberi sampul sekitar 35 buku pelajaran dilakukan oleh 3 mahasiswa dan 1 petugas perpustakaan</p>		

		09.30-11.15	Bimbingan untuk kelas XII	<p>Kecamatan Jetis, camat Jetis, pejabat kecamatan Jetis</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melakukan bimbingan kelompok untuk siswa kelas XII MIPA 3 mengenai karier setelah lulus SMA</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 1 mahasiswa dan 9 siswa</p>	
Senin /30-10-2017	06.45-07.00	07.00-08.00	<p>Piket bersalaman</p> <p>Upacara</p> <p>Mengajar kelas</p>	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengikuti kegiatan rutin upacara bendera</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri guru-guru, karyawan SMAN 1 Jetis, 28 mahasiswa dan peserta didik SMAN 1 Jetis Bantul</p>	

		08.20-09.00		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengajar kelas XI MIPA 1 dengan materi bidang Sosial.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 1 mahasiswa dan 31 siswa</p>	
		10.00-12.00	Piket UKS	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Membantu menangani siswa yang sakit di UKS. Ada sekitar 3 siswa yang sakit</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilakukan oleh 2 mahasiswa dan 1 pengurus UKS</p>	
		13.00-13.30	Konsultasi dengan guru	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Evaluasi mengenai praktik mengajar. Hasil evaluasi adalah penguasaan siswa yang rame perlu ditingkatkan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilakukan oleh 1 guru pembimbing dan 1 mahasiswa</p>	
	Selas a/31-10-2017	06.40-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	

		09.00-13.30	Pembuata Poster	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Pembuatan poster untuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa BK</p>	
Rabu/1-11-2017	06.40-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>		
	08.00-11.00	Piket perpustakaan	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga Perpustakaan dan Memberi sampul buku-buku pelajaran baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Memberi sampul sekitar 40 buku pelajaran dilakukan oleh 3 mahasiswa dan 1 petugas perpustakaan</p>		
	12.15-13.45	Konsultasi siswa	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Siswa kelas XII konsultasi mengenai peminatan UN</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>		

				Dihadiri oleh 1 mahasiswa dan 1 siswa	
Kami s/2- 11- 2017	06.45- 07.00	Piket bersalaman		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
	07.00- 08.45	Pendampingan KBM		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mendampingi kegiatan KBM Seni Budaya kelas XI MIPA 1</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 1 mahasiswa dan 31 siswa</p>	
	09.30- 12.30	Membuat design leaflet		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Memnyusumateri untuk artikel di leaflet.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilakukan oleh 1 mahasiswa</p>	
	13.00- 13.45	Piket lobby		<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p>	

				Kegiatan ini dihadiri 5 mahasiswa	
	Jumat /3- 11- 2017	06.40- 07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.30- 08.30	Piket loby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 4 mahasiswa</p>	
		08.30- 09.50	Pendampingan kelas	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Mengawasi pelaksanaan ulanga harian mata pelajaran ekonomi di kelas X IPS 2</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa dan 30 peserta didik</p>	
		10.05- 11.25	Piket Loby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan</p>	

		12.00-16.00	Koseling Individu	<p>tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri oleh 1 mahasiswa dan 31 peserta didik</p> <p><u>Kualitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan di daerah Gejayan atas permintaan Klien, dan dilaksanakan selama 3 jam. Hasilnya klien sadarkan mamajemen waktunya yang salah semala 3 tahun ini</p> <p>Kuantitatif :</p> <p>Dilaksanakan 1 mahasiswa BK dan 1 siswa</p>	
	Sabtu /4-11-2017	06.30-07.00 09.30-12.15	Piket bersalaman Piket uks	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga dan mengawasi siswa yang sakit diUKS</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 1 mahasiswa dan 1 dokter UKS</p>	

		12.30-14.00	Konseling Kelompok	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Melaksanakan konseling kelompok di aula dengan permasalahan seringnya terlambat.</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 1 mahasiswa dan 9 siswa</p>	
	Senin /6-11-2017	06.45-07.00	Piket bersalaman	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
		07.00-12.40	Piket Loby	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 5 mahasiswa</p>	
		13.00-13.45	Konsultasi dengan GPL	<p><u>Hasil Kualitatif :</u></p>	

				<p>Melaporkan apa saja yang sudah dilaksanakan disekolah, dana pa yang masih belum terpenuhi</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dilaksanakan oleh 1 mahasiswa dan 1 GPL</p>	
	<p>Selasa , 7 Nov 2017</p>	<p>06.30- 07.00</p> <p>07.00- 07.15</p> <p>07.15- 10.15</p> <p>10.30- 12.00</p>	<p>Piket Bersalaman</p> <p>Pendampingan doa dan renungan siswa kristriani</p> <p>Menjaga UKS</p> <p>Piket perpustakaan</p>	<p>Kualitatif:</p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p>Kualitatif :</p> <p>Mendampini dan turut serta berdoa dalam renungan harian.</p> <p>Kuantitatif :</p> <p>Dilaksanakan 41 siswa dan 1 mahasiswa PLT.</p> <p>Kualitatif :</p> <p>Menjaga dan mengawasi siswa yang sakit di UKS.</p> <p>Kuantitatif :</p> <p>Di laksanakan oleh 2 mahasiswa PLT.</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Menjaga Perpustakaan dan</p>	

				<p>Memberi sampul buku-buku pelajaran baru</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Memberi sampul sekitar 40 buku pelajaran dilakukan oleh 3 mahasiswa dan 1 petugas perpustakaan</p>	
	<p>Senin, 13 Nov 2017</p>	<p>06.30- 07.00</p> <p>08.00- 12.00</p> <p>12.30- 14.15</p>	<p>Piket besalaman</p> <p>Piket Loby</p> <p>Pendampingan Kelas</p>	<p>Kualitatif:</p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p><u>Hasil Kualitatif :</u></p> <p>Berjaga di meja piket untuk mengantisipasi apabila ada bapak/ibu guru yang menitipkan tugas, siswa ijin meninggalkan/masuk kelas</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Kegiatan ini dihadiri 5 mahasiswa</p> <p>Mendampingi kelas XI MIPA 5 karena guru tidak hadir/ pergi</p>	
	<p>Selasa , 14 Nov 2017</p>	<p>06.30- 07.00</p>	<p>Piket bersalaman</p>	<p>Kualitatif:</p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p>	

		07.30-14.00	Membuat laporan PLT	<p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p> <p>Kualitatif:</p> <p>Membuat BAB I, II, III dan catatan harian</p> <p>Kuantitatif:</p> <p>Dilaksanakan 1 mahasiswa PLT</p>	
Rabu, 15 Nov 2017	06.30-07.00	Piket bersalaman		<p>Kualitatif:</p> <p>Menyambut siswa yang tiba disekolah dengan berjabat tangan</p> <p><u>Hasil Kuantitatif :</u></p> <p>Dihadiri 28 mahasiswa, guru-guru SMAN 1 Jetis dan peserta didik</p>	
	08.00-10.00	Penarikan PLT		<p>Kualitatif:</p> <p>Penarikan dilaksanakan di lab Biologi</p> <p>Kuantitatif:</p> <p>Dihadiri 26 mahasiswa PLT dan WAKA kurikulum, WAKA Humas dan DPL</p>	

LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL 1

SMA NEGERI 1 JETIS

A. Identitas Konseli

Nama	: IS
Tempat/tanggal lahir	: Bantul, 4 November 2000
Umur	: 17 tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Kelas	: XI
Agama	: Islam
Anak Ke	: 2 dari 3 bersaudara
Pekerjaan Ayah	: Wiraswasta
Pekerjaan Ibu	: Ibu Rumah Tangga
Alamat	: Karangasem, Muntuk, Dlingo, Bantul

B. Deskripsi masalah yang dikeluhkan

IS adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Jetis. Dia berumur 17 tahun. IS merupakan anak kedua dari ketiga bersaudara. Awalnya dia tidak mau saat saya ajak komunikasi, tetapi saya memandang bahwa IS ini memiliki permasalahan didalam dirinya. IS awalnya ragu untuk menceritakan permasalahannya kepada saya, mungkin karena dia merasa malu dan takut kalau permasalahannya bakal tersebar. Tetapi konselor meyakinkan dengan asa kerahasiaannya bahwa permasalahan IS tidak akan tersebar, maka IS pun mau untuk menceritakan permasalahannya.

Tujuh hari IS tidak masuk sekolah tanpa keterangan. Teman-teman disekolah tidak mengeahui keberadaan IS karena tidak bisa menghubungi IS. Suatu ketika IS menghubungi konselor via DM Instagram dan didalam chatnya berisikan bahwa IS ingin bercerita mengenai permasalahannya disekolah. Kemudian konselor mencari waktu untuk menemui IS. Ketika sudah bertemu, konselor memcarikan suasana terlebih dahulu dan menjalin perkenalan yang baik dengan IS, setelah IS merasa nyaman dan kemudian ia menceritakan permasalahannya. IS mulai bercerita alasan tidak masuk sekolah. IS sering pergi dari rumah karena di ruma dia selalu bertengkar dengan orang tuanya. Awalnya IS berpamitan pergi ke sekolah dan memakai seragam lengkap, tetapi nyatanya IS memilih untuk pergi membolos dan bermain. IS pergi ke area Jogja dan mampir ke warnet untuk ganti pakaian/ seragam. Setelah berganti pakaian IS memutuskan untuk pergi jalan-

jalan tanpa ada tujuan. IS sadar akan tanggung jawabnya di rumah, tetapi dirinya takut untuk pulang karena tahu kalau akan dimarahi oleh orang tuanya, oleh karena itu IS memutuskan untuk tidak pulang ke rumah. Biasanya IS baru pulang pada hari kedua pada pukul 04.00 pagi.

Masalah yang melatarbelakangi IS dan ibunya bertengkar yaitu ibu IS marah karena IS bangun siang padahal ia harus berangkat sekolah di pagi hari. IS merasa marah dengan ibunya karena jadwal tidur terganggu oleh ibunya di rumah. Ibu IS beberapa kali memarahi dengan melempar perkakas rumah tangga seperti tempat makan dan piring. Disitu IS merasa tidak terima dengan perlakuan orang tuanya dan akhirnya IS memutuskan untuk pergi dan tidak pulang ke rumah. Ayah IS sering marah-marah kepadanya karena tidak pernah mendengarkan nasihat dari orang tuanya. IS merasa tidak peduli dengan orang lain karena menganggap bahwa semua orang sama saja tidak ada yang diperhatikan dan tidak pernah peduli dengan IS. IS merasa di rumah tidak dianggap dan tidak mendapat perhatian karena orang tuanya sibuk dengan pekerjaannya dan tidak pernah ada waktu untuk IS meski hanya untuk bercerita. Ibunya sibuk untuk membantu ayahnya mengurus usahanya.

C. Diagnosis

Dari hasil cerita yang sudah di paparkan IS dapat diambil kesimpulan bahwa masalah konseli yaitu masalah dengan keluarganya yaitu IS merasa tidak dianggap di rumahnya sendiri dan tidak pernah diperhatikan oleh orang tuanya. Hal tersebut berdampak dengan masalah sekolahnya yaitu IS menjadi jarang masuk sekolah tanpa keterangan karena dia pergi bermain di kota.

D. Prognosis

Dengan diagnosis di atas, permasalahan yang dialami konseli diperkirakan dapat diselesaikan melalui proses konseling individu. Adapun dampak yang mungkin dialami konseli jika permasalahannya ini tidak ditangani adalah konseli merasa tidak betah di rumah dan juga berdampak pada sekolahnya, konseli akan ketinggalan pelajaran karena sering tidak masuk sekolah.

E. Transkrip Konseling

Konselor : Selamat pagi dek IS.
Konseli : Pagi juga mbak.
Konselor : IS gimana kabarnya? Baik dan sehat?

Konseli : Baik mbak, sehat.

Konselor : Kemarin tidak masuk sekolah ya ? kenapa?

Konseli : Iya aku gak masuk mbak. Males aja .

Konselor : Lho kok males ? memangya kenapa kalua mba boleh tau ?

Konseli : Aku kesiangan mbak, jadi ya malas buat berangkat kesekolah.

Konselor : Lho memangnya IS bangun jamberapa ? semalem ngapain aja kok bisa kesiangan gitu ?

Konseli : Lupa bangun jamberapa. Soalnya aku juga males ikut upacara juga sih.

Konselor : Kalau km males upacara, terus kok hari berikutnya ksmu juga nggak berangkat kenapa IS?

Konseli : Masih capek badanku, baru pulang main pagi mbak.

Konselor : Hayooo, km main kemana emang IS? Kok sampe pagi agi segala (sambal bercanda)

Konseli : Aku males sekolah, males dirumah. Yasudah aku ending main aja sama temen-temenku. Lagipula aku dirumah juga nggak dianggep sama orang tua. Makanya aku nggak masuk.

Konselor : Kalau mbak boleh tau, IS ada masalah apa dengan ibu?

Konseli : Ibu tuh nggak pernah ada waktu mbak. Aku pengen cerita tapi nggak pernah bisa. Yaudah mending aku pergi main aja biar bisa nenangin hati. Kalua dirumah aku malah merasa nggak nyaman. Pengennya aku dirumah itu dianggap dan diperhatikan sama orang tua kaya anak-anak yang lain, tapi bapak ibu tidak pernah mau tau.

Konselor : (menepuk pundak IS dan memberikan empati)

Konseli : kalua akum au berita, pasti dimarahi karena dianggap mengganggu pekerjaan mereka. Dan parahnya ibu sering memarahi aku dengan bermain tangan juga. Siapa yang nggak capek kalua digituin.

Konselor : apa IS pernah bicara baik baik dengan orang tua tentang apa yang kamu rasakan?

Konseli : Gimana mau bicara baik baik mba, belum crita aja udah dimarahi duluan. Orang tua udah sibuk dengan pekerjaannya, mereka mementingkan pekerjaannya timbang mendengarkan cerita anaknya. Saya pernah menuruti apa yang orang tua mau, tetapi tetap saja mereka tidak menanggapi untuk

mendengarkan dan memberikan perhatian kepada saya. Jadi karena itu, aku males buat nurutin orang tua lagi.

Konselor : Kamu tahu orang tua kamu bekerja untuk siapa?

Konseli : Gak tau.

Konselor : Mereka bekerja buat mencukupi kebutuhan kamu dan keluarga. Kamu bisa sekolah kan berkat kerja keras mereka juga. Kalau orang tua tidak lahi bekerja, siapa yang mau membiayai uang sekolah kamu? Kalau orang tua kamu sering marah marah itu tandanya mereka masih perhatian sama kamu, kalau mereka sudah tidak perhatian, merka pasti tidak akan memarahimu dan membiarkan kamu melakukan apa saja yang kamu suka.

Konseli : lah mbak, kan aku gasuka dimarahi.

Konselor : kalau orang dimarahi itu tandanya apa? Dia punya salah atau tidak?

Konseli : Iya mbak aku tau alau aku salah, tp ya itu tadi aku ngga suka dimarahi terus.

Konselor : Kalau orang marah itu tandanya peduli atau tidak?

Konseli : Iya peduli mbak.

Konselor : Berati kalau orang tua marah itu kan tandanya mereka peduli sama kamu. Dan kalau orang tua kamu sibuk bekerja itukan juga untuk kamu juga. Biar kamu biisa sekolah bisa hidup tidak kekurangan. Sekarang apa yang akan kamu lakukan untuk kedepannya?

Konseli : aku tahu kalau aku salah tapi aku tidak suka kalau dimarahi. Aku akan berusaha menerima kesibukan orang tuaku dan akan sekolah lebih rajin lagi. Tapi aku boleh main cerita lagi kan mbak?

Konselor : Boleh banget dek. Kalau kamu butuh temen buat cerita, bisa datiang ke BK.

Konseli : Yaudah mbak. Aku mau masuk kelas. Makasih mbak udah mau mendengarkan aku cerita.

Konselor : Iya sama-sama. Semangat belajarnya (sambal tersenyum)

Konseli : (Pergi ke kelas).

LAPORAN KONSELING KELOMPOK

SMA NEGERI 1 JETIS

A. NAMA INISIAL ANGGOTA KELOMPOK

1. AH (XI)
2. IST (XI)
3. RT (XI)
4. PA (XI)
5. DR (XI)
6. MRP (XII)
7. ICN (XII)
8. RC (XII)
9. RBA (XII)

B. LANGKAH-LANGKAH KONSELING KELOMPOK

1. Tahap Pembukaan
 - a. Mengucapkan salam dan menyambuk konseli dengan hangat
 - b. Melakukan pendekatan dengan konseli
 - c. Mengajak konseli bergabung untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok.
 - d. Menjelaskan mengenai pengertian konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan dari konselor kepada konseli dalam menyelesaikan masalah, sehingga konseli bisa menjadi pribadi yang mandiri. Konseling kelompok dilakukan dalam setting kelompok, artinya didalam proses konseling terdapat beberapa konseli yang memiliki permasalahan yang sama untuk diselesaikan bersama pula.
 - e. Menjelaskan tujuan konseling kelompok yaitu pengembangan pribadi, pembahasan masalah dan usaha pencarian solusi secara bersama sama atas permasalahan yang dialami masing masing anggota kelompok.
 - f. Menjelaskan bahwa masalah yang dibahas di dalam kelompok merupakan masalah-masalah pribadi, social, karier maupun belajar yang tengah dialami oleh kelompok.
 - g. Menjelaskan bahwa konseling kelompok bersandar atas asas menjaga kerhasiaan, artinya tiap-tiap anggota kelompok memiliki tanggung

jawab untuk menjaga rahasia atas masalah yang dibicarakan di dalam kelompok, sehingga privasi masing-masing anggota dapat tetap terjaga. Konseling kelompok juga memiliki asas suka rela, artinya dalam pelaksanaan konseling tidak ada paksaan dari pihak mana pun untuk bercerita ataupun mekasa bergabung. Selain itu konseling kelompok memiliki asas keterbukaan, artinya didalam proses konseling, masing-masing konseli diharapkan untuk bisa terbuka satu sama lain, agr masalah yang ada dapat dibahas secara menyeluruh.

2. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan, praktikan menyatakan kesiapan setiap konseli untuk mengikuti kegiatan konseling kelompok dan menaati peraturan yang telah disepakati oleh anggota kelompok.

3. Tahap Kegiatan

- a. Praktikan menanyakan latar belakang setiap konseli.
- b. Praktikan mulai mengajak setiap konseli untuk terbuka dan mengemukakan masalah yang tengah dihadapi.
- c. Setelah masing-masing anggota memperoleh kesempatan untuk bercerita, masing-masing anggota kelompok juga menanggapi masalah yang diungkapkan oleh anggota lain, pada tahap ini, terbentuklah pemecahan masalah yang berasal dari konseli dan untuk konseli, sehingga melatih kemandirian konseli.

4. Tahap Pengakhiran

- a. Menanyakan pada anggota kelompok, kesimpulan apa yang diperoleh untuk menyelesaikan masalah yang tengah dihadapi, dan apa langkah selanjutnya yang akan dilaksanakan oleh masing-masing anggota untuk memperbaiki diri atau menyelesaikan masalahnya.
- b. Mengemukakan pada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera berakhir.
- c. Menanyakan pada anggota kelompok, bagaimana pesan dan kesan masing-masing anggota setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok.
- d. Membahas bahwa kegiatan konseling kelompok bisa dilakukan lagi dengan pemecahan masalah yang lain dari anggota konseling kelompok.
- e. Pemimpin kelompok mengucapkan terimakasih kepada semua anggota kelompok.

C. Deskripsi Masalah

Siswa yang mengikuti konseling kelompok ini adalah siswa yang mempunyai masalah yaitu kurang disiplin di sekolah. Hal tersebut terlihat dari data pantauan tiap kelas. Masalah yang paling dominan yaitu keterlambatan datang ke sekolah dan ada juga masalah selain itu yaitu membolos dan pergi tanpa izin. Apabila tidak segera ditangani maka akan menimbulkan masalah lain buat siswa yang sering telat yaitu bisa ketinggalan pelajaran di kelas, sehingga perlu diadakannya konseling kelompok untuk menangani masalah kurangnya kedisiplinan siswa.

D. Teknik

Dalam pelaksanaan konseling kelompok ini menggunakan pendekatan konseling non direktif. Konseling non-direktif (client center therapy) merupakan upaya bantuan pemecahan masalah yang berpusat pada klien. Melalui pendekatan ini klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaannya dan pikiran-pikiran secara bebas. Pendekatan ini bersaumsi dasar bahwa seseorang yang mempunyai permasalahan pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri. Akan tetapi karena adanya suatu hambatan, potensi dan kemampuannya tidak dapat berkembang, sehingga untuk mengembangkan dan mengaktifkan kembali kemampuan itu klien memerlukan bantuan dari teman-temannya serta konselor, sehingga masalah yang dialami oleh klien dapat terpecahkan.

E. Tahap Pelaksanaan

1. Pengumpulan Data

Sebelum melakukan proses konseling, hal yang pertama kali dilakukan oleh praktikan adalah mengumpulkan data konseli selengkap lengkapnya, baik mengenai diri konseli, keluarga maupun latar belakang social dan ekonominya. Data tersebut diperoleh praktikan melalui berbagai macam cara baik dari hasil instrument atau angket kebutuhan, hasil pengamatan maupun hasil wawancara dengan teman sekelas.

2. Identifikasi Masalah

Beberapa masalah yang ada dalam kelompok yaitu keterlambatan dan juga tidak masuk kelas tanpa keterangan.

3. Diagnosis

Berdasarkan hasil konseling kelompok diperoleh data bahwa keterlambatan siswa banyak terjadi karena beberapa alasan yaitu malas dengan mata pelajaran dan guru pada jam pertama; jarak rumah ke sekolah

yang jauh; kesiangan bangun dan ada yang membatu orang tuanya terlebih dahulu sebelum kesekolah.

4. Prognosis

Berdasarkan diagnosis diatas dapat diambil kesimpulan yaitu:

- a. Terambat karena malas dengan mata pelajaran
- b. Terlambat karena jarak rumah dan membantu orang tua

5. Treatment

Pada konseling krompok ini pemberian treatmen yaitu dengan membuat komitmen bersama untuk tidak telat. Dengan memberikan motivasi tentang pentingnya waktu da juga memberikan cara bagaimana cara management waktu secara baik dan benar.

SMA NEGERI 1 JETIS BANTUL

Alamat : Jalan Imogiri Barat 111

Kertan, Sumberagung, Jetis, Bantul, 557772, Telp 0274-6993607

Website : www.sman1jetis.sch.id

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	BK Belajar
C	Topik Layanan	Konsentrasi
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pengembangan
E	Tujuan Umum	Siswa dapat mengetahui cara berkonsentrasi belajar dan mampu menerapkannya
F	Tujuan Khusus	a. Siswa dapat mengetahui penyebab kesulitan konsentrasi belajar b. Siswa dapat mengetahui cara berkonsentrasi belajar c. Siswa dapat menerapkan cara berkonsentrasi belajar
G	Sasaran Layanan	Siswa Kelas XI
H	Materi Layanan	- Informasi dan diskusi penyebab kesulitan konsentrasi belajar - Informasi cara berkonsentrasi belajar - Senam otak sebagai sarana agar tetap fokus kembali
I	Waktu	2 X 45 menit
J	Sumber	pengalaman http://halosehat.com/tips-kesehatan/kesehatan-otak/cara-meningkatkan-fokus

		http://www.adiwgunawan.com/articles/mengapa-anak-sulit-konsentrasi
K	Metode/Teknik	<ul style="list-style-type: none"> - Games (Pesan berantai melalui gambar) - <i>Mind Mapping</i>
L	Media/Alat	Kertas HVS (sejumlah siswa), alat tulis(pulpen/pensil), tulisan penyampai pesan guru BK
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal/Pendahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	<p>1.Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberi salam dan menyapa peserta didik dengan kalimat yang membuat siswa bersemangat.</p> <p>2.Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan tentang tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai yaitu siswa dapat mengetahui penyebab kesulitan konsentrasi belajar, siswa dapat mengetahui cara berkonsentrasi belajar, siswa dapat menerapkan cara berkonsentrasi belajar</p>
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan yaitu bermain game (terlampir)
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan.
	d. Tahap Peralihan (Transisi)	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	a. Kegiatan peserta didik	Peserta didik melakukan berbagai kegiatan sesuai langkah-langkah dan tugas serta tanggung jawab yang telah dijelaskan, ikut berpartisipasi dalam game dan berdiskusi
	b. Kegiatan guru Bimbingan dan	Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor memberikan materi atau arahan game yang telah disiapkan

	Konseling atau konselor	Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor mengarahkan para siswa untuk berdiskusi dan membuat <i>Mind Mapping</i> tentang bagaimana cara agar bisa berkonsentrasi.
	3. Tahap Penutup	
		a. Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor memberikan penguatan atau b. Merencanakan tindak lanjut
O	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi: 1. Mengadakan refleksi 2. Sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan : (contoh :semangat/ kurang semangat/ tidak semangat) 3. Cara peserta didik menyampaikan pendapat atau bertanya : sesuai dengan topik/ kurang sesuai dengan topik/ tidak sesuai dengan topik 4. Cara peserta didik memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain: 1. Merasakan suasana pertemuan: menyenangkan/ kurang menyenangkan/tidak menyenangkan 2. Topik yang dibahas: sangat penting/ kurang penting/ tidak penting 3. Cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami 4. Kegiatan yang diikuti: menarik/ kurang menarik/ tidak menarik untuk diikuti

Lampiran : 1. Materi yang diberikan disajikan secara lengkap

2. Lembar kerja peserta didik (kalau ada)

Bantul, 10 Oktober 2017

Guru Pembimbing

Praktikan

Dra. Sri Wahyuni M.

Anastasia Dwi Anggitasari

NIP.195910291985032003

NIM. 14104241021

LAMPIRAN MATERI

Game yang dilakukan adalah pesan berantai melalui gambar. Berikut kami paparkan teknis pelaksanaan game untuk bimbingan klasikal.

1. Siswa duduk di bangku masing-masing dengan rapi
2. Setiap kelompok adalah siswa yang duduk berbanjar ke belakang
3. Siswa menyiapkan polpen/pensil
4. Guru BK memberikan selembar kertas kepada setiap siswa
5. Siswa yang paling depan akan menerima pesan dari guru BK, kemudian siswa diberi kesempatan untuk menggambar dikertas.
6. Siswa pertama, memperlihatkan gambarannya kepada siswa ke 2 (dibelakang siswa pertama) dengan waktu yang sangat terbatas (sekitar 2 detik) kemudian siswa kedua menggambar sesuai gambar siswa pertama dengan waktu sangat terbatas (sekitar 5 detik). Hal tersebut diulangi sampai kepada siswa paling belakang.
7. Siswa paling belakang/yang terakhir dalam kelompok, akan memperlihatkan gambarannya kepada teman-teman dan bercerita tentang apa/maksud yang digambar.
8. Bila pesan dari guru BK yang melalui siswa pertama cocok dengan maksud siswa terakhir dalam kelompok, maka permainan tersebut berhasil melatih kemampuan-kemampuan tertentu.

Hikmah yang dapat diambil dari permainan tersebut :

1. Konsentrasi
2. Melatih kecepatan
3. Kekompakan
4. Melatih berfikir cepat
5. Melatih penyampaian komunikasi dengan jelas
6. Melatih daya ingat
7. Dll

Mengapa Anak Sulit Konsentrasi?

By : Dr. Adi W. Gunawan, CCH.

Saya sering dapat keluhan atau curhat dari orangtua mengenai anak mereka yang sulit fokus atau konsentrasi. Kondisi ini tentu sangat memengaruhi kemampuan dan prestasi belajar anak. Orangtua dalam upaya membantu anak mereka untuk bisa fokus atau konsentrasi biasanya telah melakukan banyak hal. Mulai dari membawa anak ke psikolog, psikiater, konseling, dan bahkan terapi. Ada yang berhasil, dan banyak yang tidak berubah. Akhirnya, baik orangtua maupun anak sama-sama frustrasi.

Lebih parah lagi, orangtua atau guru, yang bukan psikolog atau psikiater, "mendiagnosa" anak, yang belum tentu sulit konsentrasi, mengalami ADD/ADHD.

Sebagai sesama orangtua, saya tentu bisa memahami perasaan orangtua lain yang anaknya mengalami sulit konsentrasi. Berikut ini adalah uraian tentang kondisi sulit konsentrasi yang saya pahami. Besar harapan saya, setelah baca artikel ini orangtua bisa mendapat solusi terbaik untuk putra-putrinya yang mengalami sulit konsentrasi. Dalam artikel ini saya menggunakan kata "fokus" dan "konsentrasi" secara bergantian namun dengan makna sama.

Pemahaman Salah tentang Konsentrasi

Dari pengalaman menangani klien anak sulit konsentrasi saya dapat pemahaman baru yang mengubah paradigma saya tentang kondisi sulit konsentrasi yang sering dialami anak. Seringkali label sulit konsentrasi ini diberikan pada anak, oleh orangtua atau guru, karena mereka tidak mengerti kemampuan fokus optimal anak.

Ceritanya begini. Saya pernah menangani klien anak, usia 4 tahun, yang katanya sulit konsentrasi. Saat saya tanya ibunya dari mana ia tahu anaknya sulit konsentrasi, si Ibu menjawab, "Anak saya tidak bisa belajar dalam waktu lama. Paling lama hanya beberapa menit setelah itu ia pasti tidak memerhatikan pelajarannya."

"Beberapa menit ini berapa lama?" tanya saya.

“Paling lama sekitar 15 menit” jawab si Ibu.

“Yang Ibu harapkan, anak Ibu bisa konsentrasi belajar atau mengerjakan tugas berapa lama?” tanya saya lagi.

“Saya maunya anak saya bisa konsentrasi selama 1 jam,” jawab Ibu dengan tegas.

Di kesempatan lain saya juga pernah dapat klien murid SD kelas 1 yang dirujuk oleh kepala sekolahnya, yang kebetulan pernah baca buku saya. Masalahnya sama dengan anak Ibu yang saya ceritakan di atas yaitu sulit konsentrasi. Guru kelasnya mengatakan bahwa anak ini konsentrasinya pendek, tidak bisa duduk diam memerhatikan pelajaran dalam waktu lama.

Ada dua pertanyaan penting yang perlu dijawab. Pertama, apa yang dimaksud dengan konsentrasi? Kedua, berapa lama waktu konsentrasi yang wajar atau normal?”

Fokus atau konsentrasi adalah kemampuan memusatkan perhatian dan pikiran pada satu objek atau kegiatan untuk waktu tertentu. Lama waktu fokus bervariasi dan dipengaruhi banyak faktor, mulai dari situasi lingkungan, kondisi fisik dan emosi, motivasi, ketertarikan, dan tujuan yang hendak dicapai.

Untuk mudahnya, dalam kondisi normal, lama waktu konsentrasi adalah sama dengan usia dijadikan menit. Bila anak usianya 5 tahun maka rentang waktu konsentrasi maksimal adalah 5 menit. Untuk orang dewasa maksimal 30 menit. Misal, usia orang dewasa 45 tahun, waktu fokus maksimal adalah 30 menit.

Ini adalah kemampuan fokus dalam kondisi normal. Untuk fokus tentu butuh energi yang besar. Dan fokus dalam waktu lama akan sangat melelahkan. Namun bila objek fokus, dalam hal ini bahan ajar, memberi rasa senang atau bahagia, anak pasti bisa fokus dalam waktu yang lama.

Saya pernah mengamati murid *play group* sekolah Anugerah Pekerti, saat itu usianya 3 tahunan, yang mampu fokus sekitar 30 menit “belajar” matematika. Yang ia lakukan tepatnya adalah bermain sambil belajar. Tentu ia sangat senang dan benar-benar fokus. Ia benar-benar tercerap dalam kegiatan yang ia lakukan dan seakan lupa dengan keadaan di sekelilingnya. Dan hebatnya lagi, ia melakukan kegiatan belajar ini secara mandiri, tanpa perlu ada guru yang mendampingi.

Saya juga sering mengajukan pertanyaan berikut pada orangtua, “Bapak/Ibu tadi mengatakan kalau anak Anda sulit konsentrasi, benar?”

“Benar,” jawab mereka.

“Kalau anak Bapak/Ibu main *game* bisa berapa lama?” tanya saya.

“Wah... kalau main *game*, dia bisa sampai berjam-jam,” jawab mereka.

“Berarti anak Bapak/Ibu sebenarnya bisa konsentrasi, kan?” tanya saya lagi.

Biasanya orangtua akan mengamini pertanyaan saya ini. Anak yang dikatakan tidak bisa konsentrasi, saat belajar atau mengerjakan tugas, bisa (sangat) fokus saat main *game* dan ini bisa berlangsung lama sampai tiga atau empat jam nonstop.

Satu pertanyaan penting yang sering saya tanyakan pada orangtua, dan ini dengan cepat mampu membuka wawasan mereka, “Anak Bapak/Ibu kalau belajar sulit konsentrasi. Tapi mengapa kalau main *game* bisa konsentrasi berjam-jam?”

Biasanya, saat main *game* anak bukannya bisa konsentrasi lama. Yang terjadi adalah mereka, karena senang dan penasaran, memaksa diri mereka untuk terus main. Mata anak biasanya akan lelah sekali dan kepalanya bisa pusing.

Dalam kondisi normal, saat anak fokus belajar, setelah mencapai rentang waktu fokus maksimal, misal untuk anak usia 6 tahun adalah 6 menit, maka anak perlu istirahat sejenak, misal 5 menit.

Untuk orang dewasa, setelah fokus selama 30 menit perlu istirahat sekitar 10 menit. Ini perlu dilakukan rutin. Fokus, rileks, fokus, rileks.

Imprint(kesan/sugesti) Sulit Konsentrasi

Orangtua dan atau guru yang tidak mengerti fokus optimal memberi label “sulit konsentrasi” pada anak. Disadari atau tidak, label ini akhirnya menjadi *imprint*. *Imprint* adalah sugesti yang berasal dari figur otoritas, orangtua dan terutama guru, yang masuk ke pikiran bawah sadar anak dan menjadi program yang mengendalikan perilakunya.

Untuk memahami cara kerja *imprint* saya akan jelaskan sekilas cara kerja pikiran. Saat lahir, bayi hanya beroperasi dengan pikiran bawah sadar. Pikiran sadarnya belum aktif. Dengan demikian apapun yang dikatakan pada bayi, positif maupun negatif, langsung masuk ke pikiran bawah sadarnya tanpa difilter sama sekali dan diterima sebagai kebenaran.

Selanjutnya pada usia tiga tahun pikiran sadar anak mulai aktif, namun masih dominan beroperasi di pikiran bawah sadar. Fungsi *critical factor* pikiran sadar anak menjadi cukup kuat saat usia 12 atau 13 tahun, dan menjadi sangat kuat di usia 17 tahun dan seterusnya. Kuatnya *critical factor* disebabkan anak sudah punya banyak data atau informasi sebagai pembanding atau filter terhadap informasi yang ia terima dari lingkungan. Dengan demikian, mulai kecil hingga usia SMP adalah masa kritis untuk memasukkan informasi ke pikiran bawah sadar anak.

Saat anak masih kecil dan orangtua atau guru memberi label “sulit konsentrasi” maka anak benar-benar jadi sulit konsentrasi. Ini adalah sugesti yang menjadise *self fulfilling prophecy*. Anak dikatakan sulit konsentrasi tentu tidak hanya sekali atau dua kali. Biasanya orangtua atau guru akan terus mengulangi, lebih tepatnya memperkuat, label ini di berbagai kesempatan. Dan ini semakin diperparah lagi dengan orangtua yang sibuk membawa anaknya ke banyak ahli atau pakar untuk membantu mengatasi masalah anak yaitu sulit konsentrasi.

Bisa Anda bayangkan apa yang terjadi di pikiran anak? Anak yang semula tidak tahu apa-apa, bisa jadi sebenarnya tidak ada masalah dengan konsentrasinya, akhirnya benar-benar yakin dan percaya bahwa benar ia memang sulit konsentrasi. Dan demikianlah yang terjadi seterusnya.

Solusinya? Orangtua atau guru perlu berhenti total mengatakan anak sulit konsentrasi dan mulai menggunakan kalimat (sugesti) positif seperti: Semakin hari (nama anak) semakin konsentrasi belajar atau mengerjakan tugas, semakin senang, dan menikmati belajar.

Sulit Konsentrasi karena Tidak Tertarik

Salah satu alasan utama mengapa anak sulit konsentrasi saat belajar adalah karena ia tidak tertarik atau tidak suka dengan materi yang dipelajari. Jangankan anak, orangtua saja bila tidak tertarik atau tidak suka pada hal yang ia pelajari pasti sulit untuk konsentrasi. Ini adalah hal yang sangat wajar dan manusiawi. Walau dipaksa bagaimanapun, bila sudah tidak tertarik atau tidak suka, pasti akan sangat sulit untuk konsentrasi.

Mengapa anak tidak tertarik atau suka pada materi pelajaran tertentu?

Belajar adalah proses yang jarang dimengerti orang awam. Kebanyakan orang berpikir saat anak pegang buku dan mulai membaca maka anak pasti belajar. Atau, guru biasanya berpikir saat mereka mengajar di depan kelas maka anak pasti belajar.

Benarkah? Belum tentu.

Belajar sebenarnya terjadi pada tiga jenjang. Pertama, yang paling inti atau dasar adalah *self system*. Di atas *self system* ada *meta-cognitive system* Dan yang terakhir, yang tampak dalam bentuk kegiatan atau aktivitas belajar, anak duduk di kursi, pegang buku, membaca, mengerjakan soal, berusaha menghafal, atau apapun, disebut *cognitive system*.

Dua jenjang pertama, *self system* dan *meta-cognitive system* tidak pernah bisa dilihat kasat mata karena ini terjadi di dalam diri anak. *Self system* adalah apa yang terjadi dalam diri anak sebelum ia memutuskan untuk belajar. Di dalamnya terdapat komponen relevansi, emosi, perasaan mampu. Bila anak merasa apa yang ia pelajari relevan dan berguna bagi dirinya, merasa senang dan mampu maka muncul motivasi internal yang akan mendorong akan ke tahap berikutnya yaitu *meta-cognitive system*.

Dalam *meta-cognitive system* terdapat komponen goal atau target yang hendak dicapai dan determinasi untuk terus belajar hingga tercapai tujuan. Ini yang membuat anak terus semangat dan terus mencoba.

Dan terakhir, *cognitive system* adalah kegiatan belajar. Yang selalu tampak adalah yang ini. Bila anak tidak semangat belajar, malas, tidak fokus, sulit konsentrasi, ini adalah bagian dari *cognitive system*. Yang perlu ditelusuri adalah apa yang menyebabkan anak seperti ini.

Anak sulit konsentrasi bukannya mereka tidak mau konsentrasi. Bagaimana mungkin mereka konsentrasi bila apa yang mereka pelajari tidak menarik, mereka tidak suka, tidak relevan, dan mereka merasa tidak mampu?

Solusinya? Pastikan anak merasa materi yang ia pelajari relevan, berguna, ia merasa senang, dan mampu sebelum mulai belajar.

Sulit Konsentrasi karena Gangguan

Salah satu faktor yang membuat anak sulit konsentrasi adalah gangguan dari lingkungan atau situasi yang tidak mendukung. Saat belajar di rumah, sebaiknya tidak boleh ada gangguan seperti televisi, radio, komputer, handphone, gadget, atau apa saja yang bisa membuat anak tidak bisa atau sulit fokus.

Yang juga perlu diperhatikan adalah bila dalam satu ruang ada dua atau lebih anak belajar. Biasanya, karena gaya belajar anak berbeda, akan timbul masalah. Ada anak yang perlu keadaan tenang untuk belajar. Ada yang perlu mendengar musik atau suara televisi. Bila ini terjadi pasti anak yang butuh tenang saat belajar akan mengalami sulit konsentrasi.

Dalam beberapa kasus saya pernah menemukan ada anak yang belajar sambil HP-nya aktif di meja belajarnya. Saat ia mulai fokus, tiba-tiba HP-nya bunyi dan ini adalah ajakan *chatting* dari temannya. Ini tentu akan sangat mengganggu konsentrasi anak. Bila dibiarkan atau dibiasakan seperti ini, anak nantinya akan disiplin untuk tidak fokus pada pelajaran tapi lebih fokus pada HP-nya.

Sulit Konstrasi karena Kelelahan

Proses, kegiatan, dan lama waktu belajar anak saat ini benar-benar menguras energi fisik maupun mental anak. Coba perhatikan jadwal sekolah anak. Umumnya sekolah masuk jam 07.15, bahkan ada yang lebih awal lagi, jam 06.30 seperti di Jakarta. Bila masuknya sepagi ini berarti anak harus bangun lebih awal lagi. Sering anak bangun dengan buru-buru, tidak sempat sarapan, masih mengantuk tapi sudah harus berangkat ke sekolah. Kondisi ini membuat tubuh fisik dan suasana hati anak tidak nyaman dan pasti berimbas pada kegiatan belajarnya di sekolah.

Menurut Seto Mulyadi, Ketua Komisi Nasional Perlindungan Anak, jam belajar anak SD di Indonesia mencapai 1.400 jam per tahun, jauh melampaui standar belajar jam per tahun yang ditetapkan UNESCO yaitu hanya 800 jam belajar.

Sedangkan rata-rata jam belajar untuk anak SMP dan SMA di Indonesia, menurut UNESCO, adalah 1.680 jam atau setara dengan 42 jam per minggu. Ini tentu jauh lebih lama dibandingkan dengan lama waktu belajar per minggu anak SMP dan SMA di Jepang yang hanya mencapai 30 jam, Perancis 32 jam, dan Australia 25 jam. Dan ini belum termasuk waktu yang dihabiskan untuk les.

Rata-rata anak SD belajar di sekolah 5-7 jam per hari. Setelah pulang sekolah biasanya anak masih belajar lagi di tempat les. Ini bisa 3 – 4 jam lagi. Total dalam sehari anak diforsir belajar selama 8 sampai 10 jam. Bisa dibayangkan betapa lelah fisik dan mental anak. Dalam kondisi kelelahan seperti ini anak tentu sulit konsentrasi karena butuh istirahat.

Sulit Konsentrasi dan Gaya Belajar

Dari cara memasukkan informasi ke dalam otak, melalui lima indera, kita mengenal ada lima gaya belajar: visual (penglihatan), auditori (pendengaran), tactile/kinestetik (perabaan/gerakan), olfaktori (penciuman), dan gustatori (pengecapan). Sebenarnya masih ada satu lagi cara memasukkan informasi ke otak yaitu melalui pikiran atau imajinasi. Namun ini jarang atau hampir tidak pernah dibahas di literatur yang pernah saya baca atau pelajari.

Dalam konteks belajar bahan ajar, yang paling sering digunakan hanya tiga cara yaitu visual (27%), auditori (34%), dan tactile/kinestetik (39%). Apa saja yang perlu diketahui orangtua dan guru mengenai gaya belajar ini?

Biasanya kita punya dua gaya belajar dominan. Misalnya, visual dan auditori, atau visual dan tactile/kinestetik, atau auditori dan tactile/kinestetik. Namun, ada juga yang dominan hanya di satu gaya belajar.

Anak visual belajar dengan cara melihat, membaca, baik itu buku, brosur, internet, poster, mindmap, atau apa saja yang dapat dilihat atau dibaca. Anak ini dapat duduk diam memerhatikan guru atau orangtua, dan cenderung suka mencoret-coret.

Anak auditori belajar dengan pendengaran, lebih suka dengar cerita daripada membaca sendiri. Anak tipe ini yang biasanya suka belajar sambil ditemani ibunya. Ibu membacakan materi pelajaran, anak duduk santai atau berbaring, dan ia belajar dengan mendengar. Dan saat dites, ia bisa. Anak auditori biasanya butuh kondisi tenang untuk dapat belajar. Bila belajar sendiri, ia akan membaca dengan mengeluarkan suara agar dapat mendengar apa yang ia pelajari.

Anak tactile/kinestetik belajar melalui gerakan, sentuhan, berjalan, dan mengalami. Anak ini yang biasanya dicap sebagai anak hiperaktif karena tidak bisa duduk diam dalam waktu lama. Cara belajar efektif untuk anak ini melibatkan gerakan seperti

manipulasi objek, membuat model, menggunting, menggarisbawahi, membuat *mindmapping*, atau apa saja yang mengandung gerak. Bila mereka tidak mendapat kesempatan bergerak dan dipaksa duduk diam, pikirannya yang akan bergerak ke sana ke mari. Dan ini yang disebut dengan tidak bisa konsentrasi.

Dari tiga jenis gaya belajar, dapat disimpulkan bahwa yang paling berpotensi menjadi anak “bermasalah” di sekolah adalah anak kinestetik karena sulit duduk diam. Guru mengajar dengan cara visual dan auditori. Ini tidak dapat mengakomodasi kebutuhan gerak anak kinestetik. Bila anak banyak bergerak, guru biasanya akan menegur atau memarahi si anak dan akhirnya beri label “hiperaktif”, “sulit konsentrasi”, “ADD” atau “ADHD”. Semakin anak diminta diam memerhatikan pelajaran, semakin ia merasa gelisah. Konsentrasinya digunakan untuk mengendalikan tubuhnya supaya tidak bergerak, agar tidak dimarahi guru, dan bukan untuk memerhatikan pelajaran.

Solusinya? Beri anak kesempatan untuk bergerak saat belajar atau memasukkan informasi ke dalam otaknya. Jangan paksa anak duduk diam, tidak boleh bergerak, apalagi dalam waktu lama. Dalam belajar, libatkan anak dalam aktivitas banyak gerak.

Sulit Konsentrasi Akibat Cemas

Bayangkan Anda sedang berjalan di taman yang indah di pagi hari menikmati udara sejuk. Tiba-tiba, entah dari mana, muncul segerombolan anjing liar dan buas. Mereka menatap Anda dan menunjukkan sikap akan segera menyerang, menerkam, dan mengigit Anda. Apa yang Anda rasakan di tubuh dan pikiran? Anda pasti merasa sangat takut, cemas, dan panik.

Otak langsung bereaksi cepat dan hormon stres dalam jumlah besar membanjiri diri Anda. Jantung berdetak lebih cepat, napas memburu, tangan dan kaki menjadi dingin, tungkai kaku, pupil mata melebar, dan Anda siap untuk lawan atau lari menyelamatkan diri.

Dalam kondisi genting ini otak terus melakukan pemindaian (*scanning*) pada tiga hal yang sangat penting untuk keselamatan hidup: tubuh, lingkungan, dan waktu. Otak akan memeriksa kondisi dan kesiapan tubuh, apa saja yang ada di lingkungan yang bisa digunakan untuk menyelamatkan hidup, misal ada pohon atau tempat yang tinggi untuk menghindari anjing-anjing ini, dan berapa waktu yang tersedia untuk lari secepatnya ke tempat yang aman.

Dalam kondisi genting tidak mungkin kita bisa duduk tenang, fokus pada satu hal saja. Dengan kata lain tidak mungkin kita bisa konsentrasi atau fokus.

Ditinjau dari gelombang otak, saat dalam kondisi takut atau cemas, gelombang otak dominan aktif adalah beta tinggi. Untuk bisa fokus atau konsentrasi yang dibutuhkan adalah beta rendah, pada kisaran 13-15 Hz.

Lalu, apa hubungan antara cerita di atas dengan anak sulit konsentrasi?

Salah satu sebab anak sulit konsentrasi, dan ini jarang disadari orangtua, adalah karena anak merasa cemas atau takut. Anak sendiri tidak tahu bahwa ia cemas atau takut karena memang masih terlalu kecil untuk memahami hal ini. Saat anak cemas atau takut, ia mengalami hal yang telah saya ceritakan di atas. Pikirannya tidak bisa fokus dan terus melakukan pemindaian. Perilaku ini yang dinamakan ADD/ADHD.

Pertanyaan penting berikutnya adalah mengapa atau apa yang menyebabkan anak cemas atau takut?

Satu yang paling dibutuhkan anak adalah rasa aman. Bila rasa aman ini tidak ia dapatkan maka pasti timbul rasa cemas. Kecemasan anak bisa berawal sejak dalam kandungan ibu. Saat ibu mengandung dan mengalami berbagai emosi negatif, misal marah, cemas, takut, kecewa, sedih, terluka, atau perasaan negatif lain, tubuh ibu menghasilkan hormon stres. Hormon stres ini juga masuk ke dalam tubuh anak dan memengaruhi perkembangan otak anak yang berfungsi untuk kendali diri dan konsentrasi yaitu *prefrontal cortex* kiri, lebih tepatnya *orbitofrontal cortex*.

Cemas pada anak juga bisa terjadi akibat proses tumbuhkembang yang tidak kondusif. Misalnya, anak tumbuh dalam keluarga yang tidak harmonis, orangtua sering ribut, anak sering ditinggal atau diabaikan, jarang diajak bicara, anak sering dipukul, jarang atau tidak pernah dibelai, diberi kasih sayang. Kurangnya kasih sayang ini membuat anak merasa cemas dan terlihat dalam perilakunya. Anak juga bisa merasa cemas dan takut karena sekolah, bisa karena guru, teman kelas, akibat perundungan (*bullying*), atau karena tidak menguasai materi pelajaran.

Untuk mengatasi hal ini tentunya perasaan cemas atau takut dalam diri anak perlu dinetralisir. Selanjutnya anak perlu mendapatkan rasa aman, perhatian, dukungan, kasih sayang, cinta. Bila anak merasa dicintai, sering diberi sentuhan kasih sayang secara fisik, maka otaknya akan menghasilkan hormon oksitosin yang sangat baik untuk membantu perkembangan *orbitofrontal cortex*.

Satu informasi bagus untuk para ibu yang sedang hamil. Usahakan untuk melahirkan secara normal. Saat proses persalinan normal tubuh ibu akan mengalami semburan oksitosin, yang tentu akan masuk juga ke tubuh anak dan memberi pengaruh positif. Hal ini tidak terjadi dalam persalinan dengan operasi.

Cemas anak juga bisa berasal dari orangtua, terutama ibu. Bila ibu sering merasa cemas, sering menceritakan perasaan cemasnya pada si anak, sering melarang, ini tidak boleh, itu tidak boleh, atau anak melihat perilaku atau bahasa tubuh ibu yang menunjukkan kecemasan, disadari atau tidak, kecemasan ini juga masuk ke dalam diri anak.

Sulit Konsentrasi karena Energi Berlebih

Ada anak yang punya energi berlebih dalam tubuhnya. Anak tipe ini pasti tidak bisa duduk diam dalam waktu lama. Ia pasti gelisah karena ada desakan dari dalam untuk bergerak, mengeluarkan energi. Orangtua atau guru yang tidak menyadari hal ini akan menyebut anak sulit konsentrasi.

Energi yang besar dalam diri anak sebenarnya adalah berkah luar biasa yang bila disalurkan dengan benar akan sangat positif bagi tumbuh-kembang anak. Anak, saat masih kecil, butuh energi besar untuk menjelajahi dunia sekitarnya, untuk menyempurnakan dirinya. Dorongan untuk bergerak bertujuan untuk melatih koordinasi otot-otot besar, motorik kasar, sehingga bekerja dengan baik. Energi yang tidak terpakai akan menumpuk di dalam badan dan membuat anak gelisah.

Salah satu murid SD Anugerah Pekerti pernah mengalami hal ini. Anak ini cerdas dan rajin. Namun, kadang ia merasa sulit konsentrasi. Ia merasa ada energi berlebih dalam dirinya. Bila mulai sulit konsentrasi ia minta ijin guru untuk keluar kelas dan lari mengelilingi lapangan beberapa kali. Setelahnya ia kembali masuk kelas dan bisa duduk dengan tenang, nyaman, dan mampu menyimak materi yang dijelaskan gurunya dengan sangat baik.

Di masa kecil saya dulu, saat masih di SD, saya tidak pernah menemukan ada kawan yang sulit konsentrasi karena energi berlebih. Setelah saya ingat-ingat lagi ternyata dulu waktu kecil kami banyak bergerak, bermain, kejar-kejaran, panjat pohon, lompat tali, main petak umpet, main bola, menyusuri sungai, menangkap ikan, berenang, dan permainan lain yang butuh gerak dan cukup menguras energi. Setiap sore kami kumpul di lapangan dan bermain. Tanpa disadari, kegiatan yang kami lakukan ternyata sangat menguras energi.

Kondisi sekarang sangat beda. Anak sekarang yang bergerak adalah ibu jarinya yang digunakan main game. Anak sudah sangat jarang berlari di lapangan, kejar-kejaran atau main bola. Itu sebabnya ada banyak energi menumpuk di tubuh anak.

Solusinya? Beri anak kegiatan yang menguras energinya. Tentunya kegiatan yang anak suka, misalnya bersepeda, lari, renang, olahraga beladiri, main piano, main basket, futsal, badminton, panjat tebit, atau yang lain. Setelah energinya terkuras anak pasti menjadi tenang.

ADHD

Saya sengaja menempatkan ADHD pada bagian terakhir artikel ini. Tujuannya adalah agar, setelah membaca uraian di atas, orangtua dan guru mengerti mengapa anak mengalami sulit konsentrasi dan tidak sembarangan melabel anak dengan ADHD.

ADHD adalah *attention deficit/hyperactivity disorder*. *Attention deficit* artinya gangguan pemusatan perhatian. Sedangkan *hyperactivity* adalah perilaku hiperaktif. Ada juga yang mengalami baik *attention deficit* dan sekaligus *hyperactivity*.

Penjelasan berikut dimaksud untuk memberi informasi dan pengetahuan, bukan untuk diagnosa. Untuk memastikan apakah anak mengalami ADHD perlu bantuan profesional terlatih.

ADHD dapat terjadi pada anak hingga usia 12 tahun. Karakteristik ADHD, menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi kelima (DSM-5) yang diterbitkan Mei 2013, menyatakan bahwa orang yang mengalami ADHD menunjukkan pola persisten gangguan **perhatian**, dan atau **hiperaktivitas** dan **impulsive** yang mengganggu perilaku atau perkembangan. Untuk dapat disebut mengalami ADHD haruslah memenuhi kriteria berikut:

1. Perhatian

Enam atau lebih gejala yang menunjukkan ketidakmampuan memusatkan perhatian pada anak berusia hingga 16 tahun, atau lebih dari lima atau lebih gejala pada remaja usia 17 tahun dan lebih tua, dan orang dewasa; simtom tidak mampu memusatkan perhatian **harus dialami minimal selama 6 bulan**, dan gejala ini tidak sesuai dengan jenjang perkembangan anak:

- Sering gagal memusatkan perhatian pada hal kecil atau membuat kesalahan yang ceroboh (tidak hati-hati) dalam pekerjaan sekolah, pekerjaan / kegiatan lain.
- Sering sulit mempertahankan perhatian saat melaksanakan tugas / kegiatan bermain
- Sering seperti tidak mendengarkan saat diajak bicara langsung
- Sering tidak mengikuti petunjuk dan gagal menyelesaikan pekerjaan sekolah dan tugas.
- Sering sulit mengatur tugas dan kegiatan
- Sering menghindari, tidak suka, atau enggan melakukan tugas yang membutuhkan upaya mental dalam waktu lama (seperti PR atau tugas).
- Sering menghilangkan benda yang diperlukan untuk melaksanakan tugas dan kegiatan (misal: pensil, buku, perkakas, dompet, kunci, kacamata, handphone, dll)
- Perhatiannya mudah teralihkan karena pengaruh dari luar.
- Sering lupa (dalam kegiatan sehari-hari).

2. Hiperaktivitas dan Impulsive

Enam atau lebih gejala hiperaktivitas-impulsive pada anak hingga usia hingga 16 tahun, atau lebih dari lima atau lebih gejala pada remaja usia 17 tahun dan lebih tua, dan orang dewasa; simtom hiperaktivitas-impulsive harus dialami minimal selama 6 bulan hingga pada taraf mengganggu dan tidak sesuai dengan jenjang perkembangan anak:

- Tangan dan kaki tidak bisa diam, atau tidak bisa duduk diam/tenang di kursi.
- Sering meninggalkan tempat duduk saat diharapkan tetap duduk.
- Sering berlari-lari / memanjat dalam situasi yang tidak sesuai (remaja atau dewasa merasa gelisah).
- Sering tidak mampu bermain atau ikut kegiatan santai dengan tenang.
- Sering terus bergerak, bertindak seolah digerakkan oleh mesin.
- Sering bicara berlebihan
- Sering melontarkan jawaban sebelum tuntas mendengar pertanyaan.
- Sering sulit menunggu giliran.
- Sering menyela / memaksakan diri terhadap orang lain (misal : memotong percakapan/mengganggu permainan).

Selain syarat di atas, untuk dapat dikatakan mengalami ADHD **perlu memenuhi** syarat berikut:

- Beberapa gejala tidak mampu fokus atau hiperaktiv-impulsif terjadi sebelum usia 12 tahun.
- Beberapa gejala muncul di dua tempat atau lebih (misal: di rumah atau kerja; dengan kawan atau keluarga, di kegiatan-kegiatan lain)
- Ada bukti nyata bahwa gejala-gejala ini memengaruhi dan mengganggu, atau mengurangi kualitas fungsi sosial, sekolah, atau kerja.
- Gejala-gejala tersebut tidak disebabkan gangguan lain: skizofrenia / psikotik dan tidak merupakan akibat dari gangguan mental lain seperti gangguan cemas atau gangguan kepribadian.

30 Cara Meningkatkan Fokus dan Konsentrasi

Apakah anda merasa jika sekarang anda menjadi lebih mudah lupa? Jika iya, bisa jadi hal ini dikarenakan ada yang berubah dalam keseharian anda. Entah karena mungkin terlalu banyak hal yang harus dikerjakan sehingga hal lain menjadi terabaikan atau mungkin karena kurangnya istirahat yang cukup sehingga otak tidak dapat fokus. Tingkat konsentrasi yang baik serta peningkatan memori otak yang lebih mudah dalam mengingat dan berpikir tentu menjadi keinginan bagi semua orang. Namun sayangnya stress dan rasa lelah dapat memicu turunnya konsentrasi sehingga kerjaan pun tidak beres. Turunnya konsentrasi bisa juga menjadi pertanda jika otak tengah kelelahan dan membutuhkan asupan energi yang tepat.

Aktivitas

Ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kinerja otak seseorang sehingga mampu lebih fokus terhadap pekerjaan. Seperti tips yang berikut ini:

1. Hindari melamun

Melamun memang menjadi kebiasaan yang menyenangkan untuk dilakukan. Namun melamun juga menjadi pekerjaan yang dapat membuyarkan konsentrasi. Melamun dapat membuat mood seseorang dalam menjalankan aktivitas menjadi berkurang karena tidak lagi bergairah. Melamun merupakan

kebiasaan yang memakan banyak waktu juga membuat seseorang menjadi malas.

Untuk mengatasi kebiasaan melamun, anda bisa menyediakan waktu khusus untuk digunakan melamun. Sebagai contoh, anda bisa meluangkan setengah jam anda sebelum tidur untuk melamun. Menyediakan waktu khusus untuk melamun dapat memperkecil kemungkinan anda untuk melamun di kala bekerja. (baca juga: cara menurunkan berat badan dengan olahraga)

2. Istirahat

Jangan pernah menggunakan otak dalam waktu yang lama tanpa diberi jeda untuk beristirahat. Ingat untuk selalu beristirahat setidaknya lima menit pada tiap 60 menit yang anda gunakan untuk berpikir. Terlebih jika pekerjaan atau aktivitas yang anda lakukan membutuhkan tingkat konsentrasi tinggi, maka jeda untuk beristirahat merupakan hal yang penting yang harus dilakukan.

Menggunakan otak tanpa jeda, membuat daya konsentrasi atau fokus anda semakin berkurang. Istirahat, berguna untuk mempertajam kembali vitalitas otak anda. (baca juga: cara meningkatkan kinerja otak)

3. Ganti suasana

Cara meningkatkan fokus yang selanjutnya adalah dengan menyegarkan pikiran. Ada banyak cara yang bisa diterapkan mulai dari mendengarkan musik, mengonsumsi camilan atau bisa pula dengan berjalan-jalan keluar. Terutama bagi anda yang bekerja atau belajar dengan durasi yang cukup lama, maka mengambil waktu jeda untuk menyegarkan pikiran menjadi hal yang diperlukan.

4. Lakukan aktivitas untuk menyegarkan pikiran

Darah merupakan kendaraan utama bagi oksigen dalam tubuh kita. Kecukupan oksigen dalam otak dapat membantu anda untuk lebih berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas yang harus diselesaikan. Cobalah melakukan aktivitas yang dapat membantu melancarkan aliran darah guna meningkatkan konsentrasi anda dalam belajar atau bekerja. Cara meningkatkan jumlah oksigen ke otak bisa dilakukan dengan beberapa cara seperti berjalan-jalan, berbaring atau mungkin sekadar menggeser tempat duduk dan mengganti posisi duduk anda.

Jika anda berada di dalam kantor dengan area serta kondisi yang tidak

memungkinkan bagi anda untuk berjalan-jalan, anda bisa melakukan peregangan anggota tubuh serta senam-senam ringan yang tidak menyita tempat.

5. Jangan mudah terpengaruh lingkungan

Pernahkah anda melihat laba-laba yang tengah membuat sarang? Jika iya tentu anda tahu betul jika saat laba-laba tengah membuat sarang, mereka tidak terpengaruh keadaan sekitar dan tetap melanjutkan aktivitas mereka dalam membuat sarang. Bahkan saat kita menyalakan bunyi-bunyian yang begitu keras, si laba-laba tidak akan berlutik ataupun terganggu dengan bunyi-bunyian tersebut.

Hal yang harus anda pelajari dari laba-laba adalah bagaimana mereka bisa mempertahankan konsentrasi mereka di tengah bisingnya suasana sekitar. Sebagai contoh abaikan hal-hal kecil layaknya orang berlalu lalang di sekitar, abaikan suara orang membuka atau menutup pintu, abaikan suara musik yang tidak henti-hentinya mengalun dan tetaplah fokus dalam pekerjaan atau pelajaran anda.

6. Kerjakan satu per satu pekerjaan anda

Saat anda menginginkan hasil yang baik dan sempurna dari pekerjaan yang tengah anda geluti, ada baiknya anda mengerjakannya dalam satu waktu. Setelah selesai, baru kemudian anda bisa beralih ke pekerjaan lainnya. Jangan membiasakan diri menjadi seorang yang multitasking yakni mengerjakan banyak hal di satu waktu karena dapat menyebabkan tingkat konsentrasi anda terpecah-pecah. Alhasil, hasil kerjaapun banyak yang tidak beres.

Biasakan pada diri sendiri untuk mengerjakan hal yang telah ada di depan mata sehingga jika ada pengalih perhatian, maka resiko buyarnya konsentrasi dapat berkurang. Keuntungan lainnya mengerjakan pekerjaan satu persatu adalah hasil akhir yang menjadi lebih maksimal.

7. Meditasi

Meditasi merupakan salah satu latihan ringan yang mudah untuk dilakukan. Meditasi merupakan salah satu cara meningkatkan konsentrasi yang dapat anda terapkan dalam kehidupan sehari-hari. Konsep utama dari melakukan latihan ini adalah dengan memusatkan pikiran pada satu hal tertentu dan bukannya membuat pikiran menjadi kosong. Meditasi yang dilakukan

sebagai suatu kebiasaan, dapat membuat anda menjadi lebih mudah berkonsentrasi.

Bukan hanya meningkatkan fokus, namun meditasi juga membantu seseorang untuk lebih rileks, tenang dan nyaman.

8. Tetapkan tujuan anda

Melakukan pekerjaan sebaiknya dilakukan atas dasar pencapaian target. Tanpa adanya target yang ingin anda capai maka fokus anda akan berkurang karena motivasi yang tidak cukup tinggi dalam bekerja. Saat anda menetapkan tujuan dalam hidup yang ingin anda capai, maka area otak yang tergabung dengan berpikir positif dan tindakan akan aktif. Alhasil anda akan semakin fokus dalam bertindak dan berpikir.

9. Dengarkan musik

Musik merupakan rentetan alunan nada yang dapat mempengaruhi cara berpikir seseorang. Mendengarkan musik merupakan salah satu cara jitu untuk merilekskan pikiran. Saat anda tengah dalam kondisi bekerja. Ambil jeda waktu sebentar untuk mendengarkan alunan nada yang menenangkan dan yang pasti mampu memberi energi positif bagi anda. Alhasil saat anda kembali bekerja, maka anda akan lebih fokus dan hasilnya pun akan menjadi lebih maksimal.

10. Hindari melakukan pekerjaan di tempat tidur

Ketika ada pekerjaan yang menuntut konsentrasi tinggi, maka hindari mengerjakannya di tempat tidur. Lakukan hal tersebut di atas meja belajar atau pada meja kerja. Jangan membiasakan diri untuk belajar dan bekerja di atas tempat tidur karena tempat tidur dapat menstimulus anda menjadi malas sehingga konsentrasi menjadi terpecah. Alhasil pekerjaan pun tidak dapat diselesaikan secara maksimal. Inilah pentingnya memiliki meja belajar atau meja kerja sendiri dalam ruangan khusus. Lengkapi juga meja anda dengan kursi yang nyaman serta sirkulasi udara yang cukup dan yang pasti penerangan yang memadai.

11. Lakukan pola hidup sehat

Daya konsentrasi seseorang memiliki kaitan yang begitu erat dengan aliran darah menuju otak. Semakin lancar aliran darah menuju otak maka akan semakin baik pula daya konsentrasi seseorang. Sebaliknya saat aliran darah

dalam tubuh yang menuju ke otak tidak lancar, maka tingkat konsentrasi seseorang menjadi kurang maksimal. Untuk itu diperlukan pola hidup sehat dalam menunjang tingkat konsentrasi anda.

Melakukan pola hidup sehat dapat diawali dengan tidur yang cukup, olahraga dan yang paling penting adalah dengan mengonsumsi makanan yang bergizi. Melakukan pola hidup sehat dapat dilakukan mulai dari sekarang sehingga dampaknya berlangsung panjang hingga anda tua nanti.

Orang yang melakukan pola hidup sehat memiliki resiko rendah terkena sifat pikun serta mudah lupa di kala tuanya. Bagi anda yang menginginkan masa tua tetap aktif, lakukan pola hidup sehat dari sekarang.

12. Hindari konsumsi alkohol serta beragam jenis obat-obatan lainnya

Mengonsumsi alkohol terlalu banyak dapat membuat kesehatan otak menurun. Alhasil kinerja otak juga akan turun. Membatasi asupan alkohol dan menghentikannya sama sekali mampu menghindarkan anda dari gangguan memori serta tingkat fokus yang rendah. Selain alkohol, penggunaan obat-obatan tertentu, juga dapat membunuh kreativitas yang anda miliki sehingga keoptimalan fungsi otak tidak akan anda dapatkan.

13. Liburan

Tingkat konsentrasi seseorang dapat menurun drastis jika terus digunakan dalam waktu yang lama dan tidak disertai dengan istirahat yang cukup. Terutama bagi anda yang bekerja di kantor maka sesekali mengambil cuti merupakan hal yang tepat untuk dilakukan demi meningkatkan kembali kreativitas serta tingkat konsentrasi anda. Selama cuti, anda bisa menggunakan full untuk beristirahat atau mungkin dengan melewatkan waktu dengan mengunjungi tempat-tempat yang anda sukai. Berwisata merupakan salah satu cara yang bisa anda lakukan guna menyegarkan kembali pikiran kita.

Jangan biarkan kepenatan menguasai anda hingga kualitas kerja menurun. Gunakan waktu cuti anda dengan banyak melakukan aktivitas yang menyenangkan seperti berkunjung keluar kota, makan di tempat yang menyenangkan dan lain-lain. Begitu kembali dari tempat cuti, maka konsentrasi dan mood anda akan kembali ke titik prima. Alhasil kualitas pekerjaan yang anda lakukan juga akan meningkat.

14. Buatlah apa yang anda kerjakan menjadi sebuah kebiasaan

Ketika melakukan sesuatu yang sebelumnya telah menjadi kebiasaan atau dilakukan secara berulang-ulang, maka tingkat akurasi dalam pekerjaan yang anda jalani akan semakin baik. Bahkan pekerjaan tersebut tidak lagi membuat anda lelah karena anda telah terbiasa dengannya.

15. Sarapan

Sarapan menjadi kebiasaan penting yang harus dilakukan tiap hari. Orang yang tidak membiasakan sarapan umumnya memiliki daya konsentrasi yang lebih rendah dibandingkan mereka yang gemar melakukan sarapan. Dengan sarapan, tubuh kita akan memiliki energi yang cukup untuk memulai aktivitas harian. Tidak hanya sekedar meningkatkan konsentrasi, sarapan juga terbukti dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam memecahkan masalah, meningkatkan daya ingat, memperbaiki mood serta meningkatkan kualitas kinerja fisik ataupun mental. Sarapan menjadi asupan pertama bagi tubuh untuk mengisi ulang glukosa setelah sebelumnya anda tidur tanpa mengonsumsi makanan sama sekali.

16. Perbanyak antioksidan

Antioksidan terkenal sebagai zat yang berguna untuk meningkatkan daya tahan tubuh sekaligus baik bagi kesehatan kulit. Tidak hanya itu, namun antioksidan juga berguna untuk melindungi sel-sel tubuh termasuk di dalamnya adalah sel otak anda. Kualitas otak yang baik menentukan tinggi rendahnya kemampuan anda dalam berkonsentrasi. Ada banyak makanan berupa sayur dan buah-buahan yang mengandung antioksidan tinggi seperti bluberry, strawberry, cranberry, blackberry, raspberry, kismis, bayam, dan bawang putih.

17. Terapkan pola berpikir yang positif

Pikiran ternyata membawa pengaruh yang begitu besar dalam kehidupan sehari-hari anda. Ketika anda berpikir positif maka segala tindakan anda akan lebih terarah dan fokus pada tujuan yang ingin dicapai. Berbeda dengan mereka yang gemar berpikir negatif, maka pola pikir ini justru bersifat merusak dan akhirnya membuat kinerja anda tidak maksimal. Pola pikir merupakan sesuatu yang bisa anda atur sendiri. Dalam hal ini anda tidak boleh mudah terpengaruh hasutan orang namun tetaplh pada pendirian anda. Percayalah pada kemampuan diri sendiri dan hindari sikap mudah emosional yang hanya akan membawa dampak buruk bagi anda.

18. Hindari perasaan tertekan

Merasa tertekan terhadap pekerjaan yang anda lakukan, merupakan salah satu hal yang hanya akan membuat kinerja anda menurun kualitasnya. Ketika anda memiliki banyak kerjaan menumpuk dan harus segera diselesaikan, anggaplah jika tugas-tugas tersebut merupakan bagian dari hidup anda dan harus dilakukan sebaik mungkin. Jangan berpikir jika pekerjaan adalah beban yang membuat hidup anda menjadi kurang menyenangkan.

Inilah kenapa ketika kita ingin bekerja, sebaiknya pilih jenis pekerjaan yang menyenangkan dan sesuai dengan passion yang anda miliki. Kecocokan pribadi dengan jenis pekerjaan yang didapat, nyatanya berpengaruh besar terhadap kualitas anda sebagai pekerja. Pekerjaan yang dijalankan dengan sukacita dapat membuat seseorang terfokus dalam pekerjaannya sehingga hasil kerja pun menjadi lebih optimal. Ketikapun anda tidak mendapat pekerjaan yang anda sukai, jangan lantas berputus asa karena perlu ditekankan, salah satu fungsi bekerja adalah untuk mencari penghidupan dan bukannya untuk bersenang-senang.

Makanan

Untuk meningkatkan peningkatan kinerja otak sehingga daya fokus menjadi lebih tinggi ada baiknya bagi anda untuk mengonsumsi beragam jenis makanan yang baik bagi otak.

Berikut ini merupakan beragam makanan yang bisa anda gunakan sebagai penunjang kesehatan otak:

1. Madu

Madu menjadi salah satu makanan terbaik bagi otak yang tidak boleh anda lewatkan. Madu memiliki banyak kandungan baik bagi kesehatan seperti vitamin, bio hormon, zat mineral serta enzim yang dapat menstimulus kerja otak. Dengan kandungan madu tersebut konsentrasi anda akan lebih baik serta terhindar dari yang namanya stress.

Biasakan mengonsumsi madu sebanyak 2 sendok makan pada tiap harinya. Madu merupakan produk alami yang dihasilkan oleh hewan lebah yang bagus dalam menunjang kesehatan tubuh sekaligus untuk mencegah datangnya penyakit. Madu telah lama dikenal sejak dulu memiliki banyak khasiat ajaib yang kini bisa anda dapatkan dalam bentuk kemasan sachet ataupun botol.

2. Seledri

Dalam meningkatkan fokus, anda bisa mengonsumsi seledri sebagai asupan sehat untuk meningkatkan kinerja otak anda. Dalam seledri mengandung zat yang mampu menghindarkan anda dari migrain, mampu menghindarkan rasa cemas serta membantu jalannya berpikir. Untuk meningkatkan fungsi otak menggunakan seledri anda dapat mengonsumsi 2 gelas jus seledri tiap hari. Jika kurang suka dengan seledri yang dibuat jus, anda bisa mencampurnya ke dalam sayuran atau bisa pula dibuat salad.

3. Ikan dan jenis makanan laut

Ikan dan makanan laut baik untuk menunjang fungsi otak. Jenis makanan ini mengandung asam amino yang berperan dalam menstimulus sekresi, noradrenalin juga dopamin. Beragam makanan laut lainnya juga dikenal sebagai makanan laut yang mampu meningkatkan fungsi otak.

4. Kedelai

Di dalam kedelai terkandung vitamin B1 serta lesitin yang membantu komunikasi antar sel di dalam otak. Alhasil, otak bisa dengan cepat menyerap informasi yang diperoleh sehingga daya fokus pun menjadi lebih tinggi. Konsumsi kedelai dalam meningkatkan fungsi otak bisa dilakukan setidaknya 100 gr kedelai pada tiap harinya. Kedelai dapat diolah menjadi makanan seperti tempe, tahu atau bahkan dibuat rempeyek serta susu.

5. Alpukat

Buah yang satu ini dikenal akan kandungannya yang sehat seperti kalium, zat besi, dan vitamin B6. Kandungan-kandungan alpukat tersebut mencegah terjadinya kerusakan pada saraf. Untuk hasil yang lebih baik dianjurkan bagi anda untuk mengonsumsi satu setengah alpukat pada tiap harinya. Konsumsi alpukat bisa dilakukan dengan membuat jus alpukat yang membuat tubuh semakin terasa segar ketika mengonsumsinya.

6. Pisang

Buah yang satu ini bukan hanya populer melainkan juga digemari oleh banyak orang. Pisang tidak hanya memberi efek kenyang melainkan juga penting bagi kesehatan termasuk kesehatan otak. Pada tiap 100 gr buah pisang terdapat sekitar 1,7 mg serotonin yang bagus untuk meningkatkan kemampuan otak serta konsentrasi yang lebih tinggi. Serotonin juga dikenal pula sebagai hormon yang memicu tumbuhnya rasa senang. Konsumsi 1-2 buah pisang pada tiap harinya mampu meningkatkan kualitas kerja otak.

7. Cabai

Banyak orang mengatakan jika tidak ada cabai, maka makanan tidak terasa nikmat. Konsumsi cabai tidak hanya berguna sebagai pelengkap hidangan

melainkan juga berguna untuk memperbesar pembuluh darah pada bagian otak manusia. Di dalam cabai terdapat komponen aktif berupa capsaicin yang berguna untuk merangsang pelepasan endorfin.

Endorfin merupakan salah satu jenis hormon yang berguna untuk meningkatkan sikap optimis serta gairah seseorang.

8. Kemangi

Kemangi merupakan jenis herbal lain yang bagus untuk kesehatan otak. Di dalam kemangi terdapat kandungan minyak essensial yang berguna untuk membantu seseorang dalam menyingkirkan rasa khawatir, kecemasan, dan bad mood. Hebatnya lagi minyak essensial juga dapat digunakan untuk meningkatkan daya fokus seseorang.

9. Coklat

Terutama bagi wanita, coklat merupakan salah satu jenis makanan yang tidak lepas dari kegiatan sehari-hari. Coklat nyatanya memiliki kemampuan dalam meningkatkan aktivitas serta kesehatan mental seseorang. Coklat yang dicampur dengan gula, memiliki manfaat dalam menyeimbangkan kembali metabolisme otak. Dianjurkan untuk mengonsumsi 2-3 cangkir minuman coklat setiap hari atau bisa pula dengan mengonsumsi coklat dalam bentuk batang.

10. Nanas

Nanas mengandung zat yang baik bagi kesehatan otak. Asam amino triptofan yang terkandung dalam buah nanas mampu menginduksi relaksasi serta ketenangan bagi pengonsumsinya. Anda bisa mengonsumsi nanas sebanyak 250 gr setiap hari, entah dalam bentuk olahan atau pun yang masih segar.

11. Kelapa

Kelapa merupakan salah satu jenis rempah-rempah yang mengandung minyak essensial di dalamnya. Kandungan tersebut dapat membantu seseorang dalam memperoleh kesegaran serta suasana hati yang baik. Hebatnya lagi kelapa juga berguna dalam meningkatkan daya konsentrasi seseorang. Konsumsi kelapa dengan cara mencampurkannya ke dalam air gula. Tidak hanya untuk keperluan diminum, namun kelapa juga dapat digunakan untuk keperluan bumbu masak.

12. Bawang putih

Tahukah anda jika mengonsumsi setidaknya setengah siung bawang putih setiap hari mampu meningkatkan asupan oksigen pada otak? Lancarnya sirkulasi darah karena konsumsi bawang putih memberi dampak positif tercukupinya oksigen pada otak. (baca juga: efek samping bawang putih)

Selain melakukan kebiasaan atau kegiatan yang membuat otak semakin fokus seperti jalan-jalan atau dengan cara menyegarkan pikiran lainnya. Tidak hanya itu namun anda juga diharapkan untuk mengonsumsi banyak makanan yang bagus bagi otak. Dengan otak yang sehat maka kualitas otak anda akan semakin meningkat. Alhasil kinerja anda pun akan lebih maksimal.

Dibandingkan dengan mengonsumsi suplemen yang katanya mampu meningkatkan daya ingat ataupun konsentrasi, maka mengonsumsi makanan sehat yang alami menjadi pilihan utama bagi anda yang ingin hasil nyata.

TAMBAHAN

1. Tidak merokok
2. Bernafas panjang dan dalam
3. Kurangi makanan MSG

SMA NEGERI 1 JETIS BANTUL

Alamat : Jalan Imogiri Barat 111

Kertan, Sumberagung, Jetis, Bantul, 557772, Telp 0274-6993607

Website : www.sman1jetis.sch.id

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik layanan	Kenali dirimu sendiri, sebelum menengali diri orang lain.
D	Fungsi Layanan	<ol style="list-style-type: none">1. Memahami karakteristik konsep diri dan membantu peserta didik untuk memahaminya.2. Memberikan layanan bimbingan untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan konsep diri didalam tugas perkembangannya.
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu memahami konsep diri secara optimal.
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik mampu mengetahui gambaran diri sendiri.2. Peserta didik mengetahui gambaran diri kita dimata orang lain.3. Peserta didik mampu membangun konsep diri yang positif didalam diri sendiri.
G	Sasaran layanan	Kelas XI
H	Materi layanan	Terlampir
I	Waktu	2 x 45 menit
J	Sumber	Arini, A. T. 2006. Orang Tua dan Kosep Diri Anak. Konsep Diri Positif, Menentukan Prestasi Anak. Hal 25-30. Yogyakarta: Kanisius
K	Metode/ Teknik	<ol style="list-style-type: none">1. Film2. Kertas Berputar3. <i>Drawing Therapy</i>

		4. Diskusi
L	Media/Alat	Kertas warna dan alat tulis
M	Pelaksanaan	
	Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuka kegiatan bimbingan dengan salam dan berdoa 2. Memperkenalkan diri kepada siswa 3. Mengabsen kehadiran siswa 4. Menjelaskan gambaran kegiatan yang akan dilakukan
	Kegiatan Inti	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK memberi penjelasan singkat tentang tema layanan. 2. Menyaksikan film dan membedah poin poin dalam film tersebut. 3. Guru BK membagi kertas kepada seluruh siswa. 4. Guru BK meminta menulis identitas dikertas masing-masing. 5. Guru BK menginstruksikan menulis terkait dengan diri sendiri dikertas tersebut. 6. Memberikan kertas tersebut keteman sampingnya. 7. Menginstruksikan kembali siswa untuk menulis terkait diri si pemilik kertas tersebut. 8. Mengulangi langkah ke 4 dan 5 hingga kertas kembali ke pemilik kertas semula. 9. Siswa diminta mencermati dan mendalami tulisan yang ada dikertas yang dimilikinya. 10. Meminta perwakilan siswa untuk membacakan kertas miliknya sendiri.
	Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Merefleksi proses dan hasil dari kegiatan. 2. Menguatkan hal positif dari kegiatan ini. 3. Menutup kegiatan dengan berdoa.
O	Evaluasi	

	Evaluasi Proses	<p>Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengadakan refleksi 2. Sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan : (contoh :semangat/ kurang semangat/ tidak semangat) 3. Cara peserta didik menyampaikan pendapat atau bertanya : sesuai dengan topik/ kurang sesuai dengan topik/ tidak sesuai dengan topik 4. Cara peserta didik memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami
	Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Merasakan suasana pertemuan: menyenangkan/ kurang menyenangkan/tidak menyenangkan 2. Topik yang dibahas: sangat penting/ kurang penting/ tidak penting 3. Cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami 4. Kegiatan yang diikuti: menarik/ kurang menarik/ tidak menarik untuk diikuti

Lampiran : 1. Materi yang diberikan disajikan secara lengkap

2. Lembar kerja peserta didik (kalau ada)

Guru Pendamping

Dra. Sri Wahyuni M
NIP.195910291985032003

Bantul, 10 Oktober 2017

Praktikan

Anastasia Dwi A
NIM.14104241021

Lampiran

KONSEP DIRI

Pengertian Konsep Diri

Sedangkan menurut Sunaryo (2004) konsep diri adalah cara individu dalam melihat pribadinya secara utuh, menyangkut fisik, emosi, social dan spiritual. Dari pengertian pengertian ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah cara individu menggambarkan dirinya sendiri secara utuh baik fisik maupun psikis yang diperoleh melalui pengalaman pengalaman hidup dan interaksi dengan lingkungannya.

Komponen-Komponen Konsep Diri

Menurut Sunaryo (2004) terdapat 5 komponen konsep diri yaitu gambaran diri, ideal diri, harga diri, peran diri dan identitas diri. Kelima komponen tersebut akan dijelaskan sebagai berikut:

Gambaran diri adalah sikap individu terhadap tubuhnya baik secara sadar maupun tidak sadar, meliputi performance, potensi tubuh, persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk tubuh.

Ideal diri adalah persepsi individu tentang perilakunya, disesuaikan dengan standar pribadi terkait dengan cita-cita, harapan dan keinginan, tipe orang yang diinginkan dan nilai yang ingin dicapai.

Harga diri adalah penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan cara menganalisis seberapa jauh perilaku individu tersebut sesuai dengan idelanya. Harga diri dapat diperoleh melalui orang lain dan diri sendiri.

Peran diri adalah pola perilaku, sikap, nilai dan aspirasi yang diharapkan individu berdasarkan posisinya dimasyarakat.

Identitas diri adalah kesadaran akan diri pribadi yang bersumber dari pengamatan dan penilaian sebagai sintesis semua aspek konsep diri dan menjadi satu kesatuan yang utuh.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Argi dalam (Hardy dan hayes, 1998) mengatakan bahwa konsep diri dipengaruhi oleh 4 faktor, yaitu:

1. Reaksi dengan orang lain.

Cooley (dalam Hardy dan Hayes, 1998) membuktikan bahwa dengan mengamati pencerminan perilaku dirisendiri terhadap respon yang diberikan oleh orang lain maka individu dapat mempelajari dirinya sendiri. Orang-orang yang memiliki arti pada diri individu sangat berpengaruh dalam pembentukan konsep diri.

2. Perbandingan dengan orang lain.

Konsep diri yang dimiliki individu sangat tergantung kepada bagaimana cara individu membandingkan dirinya dengan orang lain.

3. Peranan Individu

Setiap individu memainkan peran yang berbeda-beda. Pada setiap peran tersebut individu diharapkan akan melakukan perbuatan dengan cara-cara tertentu pula. Harapan-harapan dan pengalaman yang berkaitan dengan peran yang berbeda-beda berpengaruh terhadap konsep diri.

4. Identifikasi terhadap orang lain.

Kalau seorang anak mengagumi orang dewasa maka anak sering kali mencoba menjadi pengikut orang dewasa tersebut dengan cara meniru beberapa nilai dan keyakinan dan perbuatan. Proses identifikasi tersebut menyebabkan individu merasakan bahwa dirinya telah memiliki beberapa sifat yang diagumi.

Cara Membangun Konsep Diri

Dibawah ini ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk membangun konsep diri yang positif, yaitu:

1. Mencintai dan menyayangi diri sendiri

Diri kita adalah unik, yang telah diciptakan Tuhan dengan berbagai macam kelebihan dan kekurangan. Mencintai dan menyayangi diri sendiri berarti kita mencintai apa yang telah Tuhan berikan kepada kita. Wujud dari kecintaan kita terhadap diri sendiri adalah dengan memperlakukan dan menjaga diri dengan baik dari hal-hal yang bisa merusak diri. Dengan begitu kita akan senantiasa terdorong untuk melakukan sesuatu hal yang positif dalam hidup.

2. Mengembangkan pikiran positif.

Cara berpikir kita , mengendalikan sikap, tindakan dan hidup kita. Pikiran positif akan mendorong kita untuk tetap optimis, pantang menyerah dan berani menghadapi resiko dan tantangan. Selain itu perbaiki juga hubungan kita dengan orang-orang terdekat kita dan hindarilah pertentangan.

3. Memperbaiki kualitas hubungan dengan orang lain.

Dalam menjali hubungan dengan orang lain, kita harus senantiasa meningkatkan kualitas hubungan tersebut. Peningkatan kualitas hubungan yang kita ciptakan menandakan bahwa kita telah mampu berpikir dewasa. Perlu di ingat juga kualitas pergaulan juga sangat di tentukan dengan siapa kita bergaul. Untuk itu pintar-pintarlah kita memilih pergaulan, karena salah bergaul akan memberikan pengaruh negative untuk diri kita. Dari itu bergaulah dengan orang yang memiliki kecerdasan dan perilaku yang baik. Selain itu perbaiki juga hubungan kita dengan orang-orang terdekat kita dan hindarilah pertentangan.

4. Bersikap proaktif

Proaktif sering dikatakan sebagai kemampuan mengambil sebuah inisiatif tindakan. Namun perlu diketahui sebenarnya proaktif tidak hanya sekedar inisiatif tapi lebih dari itu. Proaktif juga memahami dengan jeli permasalahan yang dihadapinya dengan kaca mata nilai yang akurat dan tidak semata mata mengikuti perasaan. Proaktif ini meliputi banyak hal seperti proaktif dalam melawan hawa nafsu, proaktif dalam memberantas kebodohan diri, proaktif memupuk motivasi, proaktif dalam belajar, proaktif dalam menolong orang yang membutuhkan dan lain sebagainya.

5. Menjaga keseimbangan hidup

Hidup itu harus penuh dengan keseimbangan, tidak bisa rasanya kita hanya mementingkan salah satu factor tertentu dalam hidup. Kita harus tahu betul bagaimana menjalani setiap aktifitas dalam kehidupan. Jangan sampai kita memporsikan satu kegiatan secara berlebihan. Untuk mencapai keseimbangan ini, sebaiknya kita menyusun sebuah agenda kegiatan dan skala prioritas sehingga kita benar benar bisa melakukan suatu hal sesuai dengan kebutuhan yang ada, tidak berlebihan dan seimbang.

SMA NEGERI 1 JETIS BANTUL

Alamat : Jalan Imogiri Barat 11

Kertan, Sumberagung, Jetis, Bantul, 557772, Telp 0274-6993607

Website : www.sman1jetis.sch.id

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Topik layanan	Kenakalan Remaja SMA
D	Fungsi Layanan	3. Memahami macam macam kenakalan SMA dan solusinya. 4. Memberikan layanan bimbingan untuk membantu peserta didik dalam pencegahan tindakan kenakalan.
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu memahami dampak dan bahaya dari kenakalan remaja.
F	Tujuan Khusus	4. Peserta didik memahami apa itu kenakalan remaja. 5. Peserta didik memahami macam macam kenakalan remaja. 6. Peserta didik memahami penyebab dan akibat dari aksi kenakalan remaja. 7. Peserta didik mampu mencegah aksi kenakalan remaja didalam maupun luar sekolah.
G	Sasaran layanan	Kelas XI
H	Materi layanan	Terlampir
I	Waktu	2 x 45 menit
J	Sumber	-file:///D:/print/kenakalan.pdf -file:///D:/print/makalah-kenakalan-remaja-isbd.pdf -https://www.youtube.com/watch?v=L97EQD8H_B0 -https://www.youtube.com/watch?v=RHu9BCvTZKs

K	Metode/ Teknik	<p>5. Diskusi</p> <p>6. Menonton film</p> <p>7. <i>Ekspressive writing</i></p>
L	Media/Alat	<p>-Film</p> <p>-Alat Tulis</p>
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal/Pendahuluan	
	Pembukaan	<p>5. Membuka kegiatan bimbingan dengan salam dan berdoa</p> <p>6. Memperkenalkan diri kepada siswa</p> <p>7. Mengabsen kehadiran siswa</p> <p>8. Menjelaskan gambaran kegiatan yang akan dilakukan</p>
	Kegiatan Inti	<p>11. Guru BK memberi pengantar singkat tentang tema layanan.</p> <p>12. Menyaksikan film dan membedah poin poin dalam film tersebut</p> <p>13. Siswa diminta mencermati dan mendalami isi film yang di tayangkan.</p> <p>14. Guru BK kembali memberikan materi dan penjelasan terkait dengan bagaimana dampak dari kenakalan remaja.</p> <p>15. Guru BK mengajak para siswa untuk menuliskan pengalaman-pengalaman hidupnya terkait dengan kenakalam remaja yang sudah pernah dilakukan dengan menggunakan teknik <i>Ekspressive writing</i>.</p>
	Penutup	<p>4. Merefleksi proses dan hasil dari kegiatan.</p> <p>5. Menguatkan hal positif dari kegiatan ini.</p> <p>6. Menutup kegiatan dengan berdoa.</p>
N	Evaluasi	

	1. Evaluasi Proses	<p>Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Mengadakan refleksi 6. Sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan : (contoh :semangat/ kurang semangat/ tidak semangat) 7. Cara peserta didik menyampaikan pendapat atau bertanya : sesuai dengan topik/ kurang sesuai dengan topik/ tidak sesuai dengan topik 8. Cara peserta didik memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Merasakan suasana pertemuan: menyenangkan/ kurang menyenangkan/tidak menyenangkan 6. Topik yang dibahas: sangat penting/ kurang penting/ tidak penting 7. Cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami 8. Kegiatan yang diikuti: menarik/ kurang menarik/ tidak menarik untuk diikuti

Lampiran : 1. Materi yang diberikan disajikan secara lengkap

2. Lembar kerja peserta didik (kalau ada)

Guru Pendamping

Dra. Sri Wayuni M
NIP.195910291985032003

Bantul, 10 Oktober 2017

Praktikan

Anastasia Dwi A
NIM.14104241021

Lampiran

KENAKALAN REMAJA SMA

A. Pengertian kenakalan remaja

Kenakalan remaja meliputi semua perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja. Perilaku tersebut akan merugikan dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya. Masalah kenakalan remaja mulai mendapat perhatian masyarakat secara khusus sejak terbentuknya peradilan untuk anak-anak nakal (juvenile court) pada 1899 di Illinois, Amerika Serikat. Beberapa ahli mendefinisikan kenakalan remaja ini sebagai berikut:

Kartono, ilmuwan sosiologi Kenakalan Remaja atau dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah juvenile delinquency merupakan gejala patologis sosial pada remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian sosial. Akibatnya, mereka mengembangkan bentuk perilaku yang menyimpang".

Santrock "Kenakalan remaja merupakan kumpulan dari berbagai perilaku remaja yang tidak dapat diterima secara sosial hingga terjadi tindakan kriminal."

Masa remaja mempunyai ciri yang berbeda dengan masa sebelumnya atau sesudahnya, karena berbagai hal yang mempengaruhinya sehingga selalu menarik untuk dibicarakan. Remaja atau adolescence(bahasa Inggris)/adoleceré (bahasa latin) yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk masak, menjadi dewasa. Remaja menggambarkan seluruh perkembangan remaja baik perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial. Masa remaja ditinjau dari rentang kehidupan manusia merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Sifat-sifat remaja sebagian sudah tidak menunjukkan sifat-sifat masa kanak-kanaknya, tetapi juga belum menunjukkan sifat-sifat sebagai orang dewasa. Remaja adalah mereka yang berusia antara 12 - 21 tahun. Remaja akan mengalami periode perkembangan fisik dan psikis sebagai berikut :

- Masa Pra-pubertas (12 - 13 tahun)
- Masa pubertas (14 - 16 tahun)
- Masa akhir pubertas (17 - 18 tahun)
- Periode remaja Adoleses (19 - 21 tahun)

B. Macam kenakalan remaja

a. Segi hukum :

(1) kenakalan yang bersifat amoral dan sosial serta tidak diatur dalam undang-undang sehingga tidak dapat atau sulit digolongkan sebagai pelanggaran hukum ;

(2) kenakalan yang bersifat melanggar hukum dengan penyelesaian sesuai dengan undang-undang dan hukum yang berlaku sama dengan perbuatan melanggar hukum bila dilakukan orang dewasa. (Singgih D. Gunarso).

b. Menurut bentuknya, ada tiga tingkatan ;

(1) kenakalan biasa, seperti suka berkelahi, suka keluyuran, membolos sekolah, pergi dari rumah tanpa pamit

(2) kenakalan yang menjurus pada pelanggaran dan kejahatan seperti mengendarai mobil tanpa SIM, mengambil barang orang tua tanpa izin

(3) kenakalan khusus seperti penyalahgunaan narkoba, hubungan seks diluar nikah, pemerkosaan dll. (Sunarwiyati S (1985).

Sejatinya, kenakalan semacam itu normal terjadi pada diri remaja karena pada masa itu mereka sedang berada dalam masa transisi: anak menuju dewasa. Perilaku menyimpang atau jahat kalau dalam batas-batas tertentu dianggap sebagai fakta sosial yang normal. Dalam batas-batas tertentu kenakalan adalah normal karena tidak mungkin dihapusnya secara tuntas. Perilaku dikatakan normal sejauh perilaku tersebut tidak menimbulkan keresahan dalam masyarakat, perilaku tersebut terjadi dalam batas-batas tertentu dan dilihat pada suatu perbuatan yang tidak disengaja. Kenyataan yang akhir-akhir ini terjadi adalah kenakalan remaja yang disengaja, yakni dilakukan dengan kesadaran. (Emile Durkheim).

C. Jenis-jenis kenakalan remaja

1. penyalahgunaan narkoba
2. seks bebas, hubungan seks di luar nikah
3. kebut-kebutan / gank motor,
4. minum-minuman keras,
5. membunuh,
6. berbohong,
7. keluyuran,
8. mencuri,
9. aksi coret-corek di tembok atau pagar.
10. Pergi keluar rumah tanpa pamit
11. Begadang

12. membolos sekolah
13. Berkelahi dengan teman
14. Berkelahi antar sekolah
15. Buang sampah sembarangan
16. Membaca buku porno, melihat gambar porno, menonton film porno
17. Mengendarai kendaraan bermotor tanpa SIM
18. Mencopet
19. Menodong/ngompas
20. Menggugurkan Kandungan
21. Memperkosa
22. Berjudi

D. Faktor penyebab kenakalan remaja

Cukup banyak faktor yang melatar belakangi terjadinya kenakalan remaja. Berbagai faktor yang ada tersebut dapat dikelompokkan menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Berikut ini penjelasannya secara ringkas:

1. Faktor Internal

a. Krisis identitas

Perubahan biologis dan sosiologis pada diri remaja memungkinkan terjadinya dua bentuk integrasi. Pertama, terbentuknya perasaan akan konsistensi dalam kehidupannya. Kedua, tercapainya identitas peran. Kenakalan remaja terjadi karena remaja gagal mencapai masa integrasi kedua.

b. Kontrol diri yang lemah

Remaja yang tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal'. Begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya.

2. Faktor Eksternal

a. Kurangnya perhatian dari orang tua, serta kurangnya kasih sayang

Keluarga merupakan unit sosial terkecil yang memberikan fondasi primer bagi perkembangan anak. Sedangkan lingkungan sekitar dan sekolah ikut memberikan nuansa pada perkembangan anak. Karena itu baik-buruknya struktur keluarga dan masyarakat sekitar memberikan pengaruh baik atau buruknya pertumbuhan kepribadian anak.

Keadaan lingkungan keluarga yang menjadi sebab timbulnya kenakalan remaja seperti keluarga yang broken-home, rumah tangga yang berantakan disebabkan

oleh kematian ayah atau ibunya, keluarga yang diliputi konflik keras, ekonomi keluarga yang kurang, semua itu merupakan sumber yang subur untuk memunculkan delinkuensi remaja.

Dr. Kartini Kartono juga berpendapat bahwasannya faktor penyebab terjadinya kenakalan remaja antara lain:

- Anak kurang mendapatkan perhatian, kasih sayang dan tuntunan pendidikan orang tua, terutama bimbingan ayah, karena ayah dan ibunya masing–masing sibuk mengurus permasalahan serta konflik batin sendiri
- Kebutuhan fisik maupun psikis anak–anak remaja yang tidak terpenuhi, keinginan dan harapan anak–anak tidak bisa tersalur dengan memuaskan, atau tidak mendapatkan kompensasinya
- Anak tidak pernah mendapatkan latihan fisik dan mental yang sangat diperlukan untuk hidup normal, mereka tidak dibiasakan dengan disiplin dan kontrol-diri yang baik .

Maka dengan demikian perhatian dan kasih sayang dari orang tua merupakan suatu dorongan yang berpengaruh dalam kejiwaan seorang remaja dalam membentuk kepribadian serta sikap remaja sehari-hari. Jadi perhatian dan kasih sayang dari orang tua merupakan faktor penyebab terjadinya kenakalan remaja.

b. Minimnya pemahaman tentang keagamaan

Dalam kehidupan berkeluarga, kurangnya pembinaan agama juga menjadi salah satu faktor terjadinya kenakalan remaja. Dalam pembinaan moral, agama mempunyai peranan yang sangat penting karena nilai-nilai moral yang datangnya dari agama tetap tidak berubah karena perubahan waktu dan tempat.

Pembinaan moral ataupun agama bagi remaja melalui rumah tangga perlu dilakukan sejak kecil sesuai dengan umurnya karena setiap anak yang dilahirkan belum mengerti mana yang benar dan mana yang salah, juga belum mengerti mana batas-batas ketentuan moral dalam lingkungannya. Karena itu pembinaan moral pada permulaannya dilakukan di rumah tangga dengan latihan-latihan, nasehat-nasehat yang dipandang baik.

Maka pembinaan moral harus dimulai dari orang tua melalui teladan yang baik berupa hal-hal yang mengarah kepada perbuatan positif, karena apa yang diperoleh dalam rumah tangga remaja akan dibawa ke lingkungan masyarakat. Oleh karena itu pembinaan moral dan agama dalam keluarga penting sekali bagi remaja untuk menyelamatkan mereka dari kenakalan dan

merupakan cara untuk mempersiapkan hari depan generasi yang akan datang, sebab kesalahan dalam pembinaan moral akan berakibat negatif terhadap remaja itu sendiri.

Pemahaman tentang agama sebaiknya dilakukan semenjak kecil, yaitu melalui kedua orang tua dengan cara memberikan pembinaan moral dan bimbingan tentang keagamaan, agar nantinya setelah mereka remaja bisa memilah baik buruk perbuatan yang ingin mereka lakukan sesuatu di setiap harinya.

Kondisi masyarakat sekarang yang sudah begitu mengagungkan ilmu pengetahuan mengakibatkan kaidah-kaidah moral dan tata susila yang dipegang teguh oleh orang-orang dahulu menjadi tertinggal di belakang. Dalam masyarakat yang telah terlalu jauh dari agama, kemerosotan moral orang dewasa sudah lumrah terjadi.

Kemerosotan moral, tingkah laku dan perbuatan – perbuatan orang dewasa yang tidak baik menjadi contoh atau tauladan bagi anak-anak dan remaja sehingga berdampak timbulnya kenakalan remaja.

c. Pengaruh dari lingkungan sekitar,

Pengaruh budaya barat serta pergaulan dengan teman sebayanya yang sering mempengaruhinya untuk mencoba dan akhirnya malah terjerumus ke dalamnya. Lingkungan adalah faktor yang paling mempengaruhi perilaku dan watak remaja. Jika dia hidup dan berkembang di lingkungan yang buruk, moralnya pun akan seperti itu adanya. Sebaliknya jika ia berada di lingkungan yang baik maka ia akan menjadi baik pula.

E. Akibat-akibat yang ditimbulkan oleh kenakalan remaja antara lain:

1. Bagi diri remaja itu sendiri

Akibat dari kenakalan yang dilakukan oleh remaja akan berdampak bagi dirinya sendiri dan sangat merugikan baik fisik dan mental, walaupun perbuatan itu dapat memberikan suatu kenikmatan akan tetapi itu semua hanya kenikmatan sesaat saja. Dampak bagi fisik yaitu seringnya terserang berbagai penyakit karena gaya hidup yang tidak teratur. Sedangkan dampak bagi mental yaitu kenakalan remaja tersebut akan mengantarnya kepada mental-mental yang lembek, berfikir tidak stabil dan kepribadiannya akan terus menyimpang dari segi moral yang pada akhirnya akan menyalahi aturan etika dan estetika. Dan hal itu kan terus berlangsung selama remaja tersebut tidak memiliki orang yang membimbing dan mengarahkan.

2. Bagi keluarga

Anak merupakan penerus keluarga yang nantinya dapat menjadi tulang punggung keluarga apabila orang tuanya tidak mampu lagi bekerja. Apabila remaja selaku anak dalam keluarga berkelakuan menyimpang dari ajaran agama, akan berakibat terjadi ketidakharmonisan di dalam keluarga dan putusnya komunikasi antara orang tua dan anak. Tentunya hal ini sangat tidak baik karena dapat mengakibatkan remaja sering keluar malam dan jarang pulang serta menghabiskan waktunya bersama teman-temannya untuk bersenang-senang dengan jalan minum-minuman keras atau mengkonsumsi narkoba.

Pada akhirnya keluarga akan merasa malu dan kecewa atas apa yang telah dilakukan oleh remaja. Padahal kesemuanya itu dilakukan remaja hanya untuk melampiaskan rasa kekecewaannya terhadap apa yang terjadi dalam keluarganya.

3. Bagi lingkungan masyarakat

Apabila remaja berbuat kesalahan dalam kehidupan masyarakat, dampaknya akan buruk bagi dirinya dan keluarga. Masyarakat akan menganggap bahwa remaja itu adalah tipe orang yang sering membuat keonaran, mabuk-mabukan ataupun mengganggu ketentraman masyarakat. Mereka dianggap anggota masyarakat yang memiliki moral rusak, dan pandangan masyarakat tentang sikap remaja tersebut akan jelek. Untuk merubah semuanya menjadi normal kembali membutuhkan waktu yang lama dan hati yang penuh keikhlasan.

F. Cara-cara Mengatasi Kenakalan Remaja

Mengatasi kenakalan remaja, berarti menata kembali emosi remaja yang tercabik-cabik itu. Emosi dan perasaan mereka rusak karena merasa ditolak oleh keluarga, orang tua, teman-teman, maupun lingkungannya sejak kecil, dan gagalnya proses perkembangan jiwa remaja tersebut. Traumatrauma dalam hidupnya harus diselesaikan, konflik-konflik psikologis yang menggantung harus diselesaikan, dan mereka harus diberi lingkungan yang berbeda dari lingkungan sebelumnya.

Beberapa cara mengatasi kenakalan remaja, antara lain :

1. Kegagalan menghadapi identitas peran dan lemahnya control diri bisa dicegah atau bisa diatasi dengan prinsip keteladanan. Remaja harus bisa mendapatkan sebanyak mungkin figur orang-orang dewasa yang telah

melampaui masa remajanya dengan baik, juga mereka berhasil memperbaiki diri setelah sebelumnya gagal pada tahap ini.

2. Kemauan orang tua untuk membenahi kondisi keluarga sehingga tercipta keluarga yang harmonis, komunikatif, dan nyaman bagi mereka.

3. Kehidupan beragama keluarga dijadikan salah satu ukuran untuk melihat keberfungsian susila keluarga yang menjalankan kewajiban agamanya secara baik berarti mereka akan menanamkan nilai-nilai dan norma yang baik.

Artinya secara teoritis bagi keluarga yang menjalankan kewajiban agamanya secara baik, maka anak-anaknyapun akan melakukan hal-hal yang baik sesuai dengan norma-norma agama.

4. Untuk menghindari masalah yang timbul akibat pergaulan, selain mengarahkan untuk mempunyai teman bergaul yang sesuai, orang tua juga hendaknya memberikan kesibukan dan mempercayakan tanggungjawab rumah tangga kepada si remaja. Pemberian tanggungjawab ini hendaknya tidak dengan pemaksaan maupun mengada-ada. Berilah pengertian yang jelas dahulu, sekaligus berilah teladan pula. Sebab dengan memberikan tanggungjawab dalam rumah akan dapat mengurangi waktu anak “Keluyuran” tidak karuan dan sekaligus dapat melatih anak mengetahui tugas dan kewajiban serta tanggungjawab dalam rumah tangga. Mereka dilatih untuk disiplin serta mampu memecahkan masalah sehari-hari. Mereka dididik untuk mandiri. Selain itu, berilah pengarahan kepada mereka tentang batasab teman yang baik.

5. Orang tua hendaknya membantu memberikan pengarahan agar anak memilih jurusan sesuai dengan bakat, kesenangan, dan hobi si anak. Tetapi apabila anak tersebut tidak ingin bersekolah yang sesuai dengan hobinya, maka berilah pengertian kepadanya bahwa tugas utamanya adalah bersekolah sesuai dengan pilihannya. Sedangkan hobi adalah kegiatan sampingan yang boleh dilakukan bila tugas utama telah selesai.

6. Mengisi waktu luang diserahkan kepada kebijaksanaan remaja. Remaja selain membutuhkan materi, juga membutuhkan perhatian dan kasih sayang dari orang tuanya. Oleh karena itu. Waktu luang yang dimiliki remaja dapat diisi dengan kegiatan keluarga sekaligus sebagai sarana rekreasi. Kegiatan dapat berupa melakukan berbagai bentuk permainan bersama, misalnya scrabble, monopoli, catur dan lain sebagainya. Selain itu, dapat pula berupa tukar pikiran berbicara dari hati ke hati, misalnya makan malam bersama atau duduk santai di ruang keluarga. Kegiatan keluarha ini hendaknya dapat diikuti oleh seluruh anggota keluarga.

7. Remaja hendaknya pandai memilih lingkungan pergaulan yang baik serta orang tua memberi arahan arahan di komunitas nama remaja harus bergaul.
8. Remaja membentuk ketahanan diri agar tidak mudah terpengaruh jika ternyata teman-teman sebaya atau komunitas yang ada tidak sesuai dengan harapan.

LAMPIRAN 3
LEMBAR KERJA SISWA

Nama :
Kelas :

PERTANYAAN	YA	TIDAK
Saya mengetahui macam-macam kenakalan remaja yang banyak terjadi di masa kini		
Saya memahami dan menyadari kenakalan yang saya lakukan selama ini.		
Saya mengetahui penyebab dan akibat dari kenakalan remaja.		
Pikiran saya lebih jernih setelah menonton film dan melakukan expressive writing.		

Pelajaran apa yang dapat Anda dapatkan dari kegiatan ini ?

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

Kritik dan Saran untuk praktikan :

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

SMA NEGERI 1 JETIS BANTUL

Alamat : Jalan Imogiri Barat 111

Kertan, Sumberagung, Jetis, Bantul, 557772, Telp 0274-6993607

Website : www.sman1jetis.sch.id

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2017/2018

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	BK Karir
C	Topik Layanan	Jurusanmu Menentukan Masa Depanmu
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pengembangan
E	Tujuan Umum	Siswa diharapkan mampu untuk menentukan jurusan pendidikan dengan tepat.
F	Tujuan Khusus	1. Siswa mengenal dan mengetahui beberapa jenis jurusan dan prodi di Universitas. 2. Siswa mampu memahami dan mengerti jenis jurusan dan prodi di sebuah Universitas. 3. Siswa mampu memilih jurusan pendidikan dengan tepat.
G	Sasaran Layanan	Siswa Kelas XI
H	Materi Layanan	Pemilihan Jurusan di Perguruan Tinggi
I	Waktu	2 X 45 menit
J	Sumber	1. http://unycommunity.com/daftar-lengkap-jurusan-di-universitas-negeri-yogyakarta/ diakses pada tanggal 19 Juni 2017 pada jam 23.57 WIB 2. http://pelajaran-lengkap.blogspot.co.id/2015/01/daftar-lengkap-jurusan-di-ugm-2015.html diakses pada tanggal 19 Juni 2017 pada jam 23.57 WIB
K	Metode/Teknik	B. Teknik <i>Photo Voice</i> C. <i>Mind Mapping</i>

		D. Diskusi
L	Media/Alat	-Gambar -Kertas warna -Pensil warna
M	Pelaksanaan	
4. Tahap Awal/Pendahuluan		
		<ul style="list-style-type: none"> a. Guru BK/konselor membuka kegiatan dengan ucapan salam,berdoa,dan presensi. b. Guru BK/konselor menanyakan kabar peserta didik. c. Guru BK/Konselor memberikan motivasi di awal sebelum memulai kegiatan d. Guru BK/Konselor menyampaikan tema kegiatan dan tujuan yang akan dilangsungkan pada minggu ini e. Guru BK/konselor memberikan ice breaking.
5. Tahap Inti		
	Kegiatan peserta didik	<ul style="list-style-type: none"> a. Guru BK/konselor memberikan penjelasan kepada seluruh siswa tentang teknik photo voice dan membuat mind mapping dalam menentukan jurusan dimasa depan. b. Guru BK/konselor menjelaskan tahapan-tahapan teknik photo voice dan membuat mind mapping: <ul style="list-style-type: none"> 1. Guru BK/Konselor membagi kelompok besar 1 kelas menjadi lebih kecil. Setiap kelompok terdiri 4-5 siswa. 2. Guru BK/Konselor memberikan beberapa gambar provesi kepada setiap kelompok. 3. Guru BK/Konselor menugaskan setiap kelompok kecil untuk mendiskusikan provesi apa saja yang ada di gambar tersebut. (Jenis provesi, latar belakang pendidikan, dan termasuk dalam prodi & jurusan Universitas)

		<p>4. Guru BK/Konselor memberikan waktu 10 menit untuk mendiskusikan bersama di kelompoknya.</p> <p>5. Guru BK/Konselor menugaskan siswa untuk mempresentasikan hasil diskusinya dari setiap kelompok.</p> <p>6. Guru BK/Konselor mengajak diskusi secara bersama dalam kelompok besar membahas latar belakang pendidikan dari setiap gambar provesi yang sudah di diskusikan di kelompok kecil.</p> <p>7. Guru BK/Konselor mengajak siswa untuk merenungkan diri menentukan jurusan yang tepat sesuai dengan keinginannya selama 5 menit.</p> <p>8. Guru BK/Konselor mengajak siswa untuk mengakomodasikan hasil renungan dengan membuat mind mapping sesuai jurusan dan pendidikan yang dipilih.</p> <p>9. Guru BK/Konselor merefleksi siswa dengan cara memberi penguatan dan dorongan agar bisa menentukan jurusan pendidikan dimasa depan.</p>
	6. Tahap Penutup	
		<p>a . Guru BK/Konselor memberikan penguatan atau</p> <p>b. Merencanakan tindak lanjut</p> <p>c. Guru BK/konselor menyimpulkan seluruh kegiatan yang telah dilaksanakan</p> <p>d. Guru BK/Konselor menyampaikan kegiatan yang berkaitan dengan pertemuan yang akan datang.</p> <p>e. Guru BK/Konselor menutup kegiatan dengan ucapan terimakasih dan salam.</p>
O	Evaluasi	

	3. Evaluasi Proses	<p>Guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengadakan refleksi 2. Sikap peserta didik dalam mengikuti kegiatan : (contoh :semangat/ kurang semangat/ tidak semangat) 3. Cara peserta didik menyampaikan pendapat atau bertanya : sesuai dengan topik/ kurang sesuai dengan topik/ tidak sesuai dengan topik 4. Cara peserta didik memberikan penjelasan terhadap pertanyaan Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami
	4. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Merasakan suasana pertemuan: menyenangkan/ kurang menyenangkan/tidak menyenangkan 2. Topik yang dibahas: sangat penting/ kurang penting/ tidak penting 3. Cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan: mudah dipahami/ tidak mudah/ sulit dipahami 4. Kegiatan yang diikuti: menarik/ kurang menarik/ tidak menarik untuk diikuti

Lampiran : 1. Materi yang diberikan disajikan secara lengkap

2. Lembar kerja peserta didik (kalau ada)

Bantul, 10 Oktober 2017

Guru Pembimbing

Praktikan

Dra. Sri Wahyuni M.

Anastasia Dwi Anggitasari

NIP.195910291985032003

NIM. 14104241021

LAMPIRAN MATERI

Daftar Prodi Di Universitas

No	Universitas	Fakultas	Prodi
1	Universitas Negeri Yogyakarta	Fakultas Ilmu Pendidikan	<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Manajemen Pendidikan • Program Studi S1 Pendidikan Luar Sekolah • Program Studi S1 Pendidikan Luar Biasa • Program Studi S1 Teknologi Pendidikan • Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling • Program Studi S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar • Program Studi S1 Kebijakan Pendidikan • Program Studi S1 Pendidikan Anak Usia Dini • Program Studi S1 Psikologi
		Fakultas Bahasa Dan Seni	<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia • Program Studi S1 Sastra Indonesia • Program Studi S1 Pendidikan Bahasa Inggris • Program Studi S1 Sastra Inggris • Program Studi S1 Pendidikan Bahasa Jawa • Program Studi S1 Pendidikan Bahasa Prancis • Program Studi S1 Pendidikan Bahasa Jerman

			<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Pendidikan Seni Tari • Program Studi S1 Pendidikan Seni Musik • Program Studi S1 Pendidikan Seni Rupa • Program Studi S1 Pendidikan Kriya
		Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Pendidikan Matematika • Program Studi S1 Pendidikan Fisika • Program Studi S1 Pendidikan Kimia • Program Studi S1 Pendidikan Biologi • Program Studi S1 Pendidikan IPA • Program Studi S1 Matematika • Program Studi S1 Fisika • Program Studi S1 Kimia • Program Studi S1 Biologi
		Fakultas Ilmu Sosial	<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan • Program Studi S1 Pendidikan Geografi • Program Studi S1 Pendidikan Sejarah • Program Studi S1 Ilmu Sejarah • Program Studi S1 Pendidikan Sosiologi • Program Studi S1 Ilmu Administrasi Negara • Program Studi S1 Pendidikan IPS

			<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Ilmu Komunikasi
		Fakultas Teknik	<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Elektro • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Mekatronika • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Elektronika • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Informatika • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Mesin • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Otomotif • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Sipil dan Perencanaan • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Boga • Program Studi S1 Pendidikan Teknik Busana • Program Studi D3 Teknik Elektro • Program Studi D3 Teknik Elektronika • Program Studi D3 Teknik Mesin • Program Studi D3 Teknik Otomotif • Program Studi D3 Teknik Sipil • Program Studi D3 Teknik Boga • Program Studi D3 Teknik Busana • Program Studi D3 Tata Rias dan Kecantikan
		Fakultas Ilmu Keolahragaan	Program Studi S1 PJKR

			<p>Program Studi S1 Pendidikan Keperawatan Olahraga</p> <p>Program Studi S1 Ilmu Keolahragaan</p> <p>Program Studi S1 PGSD Pendidikan Jasmani</p>
		Fakultas Ekonomi	<ul style="list-style-type: none"> • Program Studi S1 Pendidikan Ekonomi • Program Studi S1 Pendidikan Akuntansi • Program Studi S1 Manajemen • Program Studi S1 Akuntansi • Program Studi S1 Pendidikan Administrasi Perkantoran • Program Studi D3 Akuntansi • Program Studi D3 Manajemen Pemasaran • Program Studi D3 Sekretari
2	Universitas Gajah Mada	Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	<p>1) Matematika</p> <p>2) Fisika</p> <p>3) Kimia</p> <p>4) Statistika</p> <p>5) Geofisika</p> <p>6) Ilmu Komputer</p> <p>7) Elektronika dan Instrumentasi</p>
		Fakultas Biologi	1) Biologi
		Fakultas Kedokteran Umum	<p>1) Pendidikan Dokter</p> <p>2) Gizi Kesehatan</p> <p>3) Ilmu Keperawatan</p>
		Fakultas Kedokteran Gigi	<p>1) Pendidikan Dokter Gigi</p> <p>2) Ilmu Keperawatan Gigi</p>
		Fakultas Kedokteran Hewan	1) Pendidikan Dokter Hewan

		Fakultas Farmasi	1) Farmasi
		Fakultas Psikologi	1) Psikologi
		Fakultas Teknik	1) Arsitektur 2) Fisika Teknik 3) Perencanaan Wilayah dan Kota 4) Teknik Elektro 5) Teknik Geodesi 6) Teknik Geologi 7) Teknik Industri 8) Teknik Kimia 9) Teknik Mesin 10) Teknik Nuklir 11) Teknik Sipil 12) Teknologi Informasi
		Fakultas Geografi	1) Geografi dan Ilmu lingkungan 2) Kartografi dan Penginderaan Jauh 3) Pembangunan Wilayah
		Fakultas Pertanian	1) Agronomi 2) Budidaya Perikanan 3) Ilmu Hama dan Penyakit Tumbuhan 4) Ilmu Tanah 5) Manajemen Sumber Daya Perikanan 6) Mikrobiologi Pertanian 7) Pemuliaan Tanaman 8) Penyuluhan dan Komunikasi Pertanian 9) Sosial Ekonomi Pertanian (Agrobisnis) 10) Teknologi Hasil Perikanan
		Fakultas Teknologi Pertanian	1) Teknik Pertanian 2) Teknologi Industri Pertanian 3) Teknologi Pangan dan Hasil Pertanian

		Fakultas Kehutanan	1) Ilmu Kehutanan
		Fakultas Peternakan	1) Ilmu dan Industri Peternakan
		Fakultas Ekonomika dan Bisnis	1) Akuntansi 2) Manajemen 3) Ekonomi
		Fakultas Filsafat	1) Ilmu Filsafat
		Fakultas Hukum	1) Ilmu Hukum
		Fakultas Ilmu Budaya	1) Antropologi Budaya 2) Arkeologi 3) Ilmu Sejarah 4) Pariwisata 5) Bahasa Korea 6) Sastra Arab 7) Sastra Indonesia 8) Sastra Inggris 9) Sastra Jepang 10) Sastra Nusantara 11) Sastra Perancis
		Fakultas Ilmu Sosial dan Politik	1) Manajemen dan Kebijakan Publik 2) Hubungan Internasional 3) Komunikasi 4) Pembangunan Sosial dan Kesejahteraan 5) Politik dan Pemerintahan 6) Sosiologi

MEDIA LACAK MASALAH

Nama	
NIS	
J.Kelamin:	
Umur	
Sekolah	
Kelas	

Petunjuk cara Mengerjakan

Pilihlah daftar masalah dibawah ini pelan-pelan dan tenang. Bila anda menjumpai masalah yang dianggap mengganggu Anda, maka lingkarilah nomor masalahnya. Misalnya: pada masalah pribadi, pertanyaan item nomor 2 saya orang yang boros, dan pernyataan tersebut sesuai dengan Anda, maka lingkarilah item tersebut.

MASALAH PRIBADI

1	Saya merasa mengalami penurunan semangat keimanan (<i>futur</i>)
2	Saya orang yang boros
3	Saya orang yang cengeng
4	Saya orang yang kurang bersyukur
5	Saya orang yang kurang kritis
6	Saya orang yang mengalam masalah kesehatan
7	Saya orang yang moody
8	Saya orang yang mudah putus asa
9	Saya orang yang pelupa
10	Saya orang yang penakut
11	Saya orang yang pendiam
12	Saya orang yang plinplan

MASALAH SOSIAL

1	Saya kurang bisa berinteraksi
2	Saya kurang bisa berintegrasi
3	Saya lebih mementingkan kelompok daripada diri sendiri
5	Saya merasa dikhianati teman
6	Saya merasa kurang Empati
7	Saya merasa ada kesenjangan dengan teman
8	Saya orang yang cuek
9	Saya orang yang egois
10	Saya orang yang kurang percaya diri
11	Saya orang yang manja
12	Saya orang yang minder
13	Saya orang yang mudah emosi
14	Saya orang yang mudah marah
15	Saya orang yang mudah terpengaruh lingkungan
16	Saya orang yang pelit
17	Saya orang yang pemalu
18	Saya orang yang pendendam
19	Saya yang sering berfikiran negatif
20	Saya orang yang sulit untuk berkomunikasi dengan baik
21	Saya orang yang terlalu terbuka
22	Saya orang yang tertutup
23	Saya selalu menghindari orang yang tidak saya sukai
24	Saya sering berbeda pendapat dengan teman
25	Saya sering berprasangka buruk

13	Saya orang yang berpikiran mendetail
14	Saya orang yang sering terburu-buru
15	Saya orang yang susah tidur
16	Saya mengalami masalah percintaan
17	Saya seorang pemalu
18	Saya sering melamun
19	Saya sering mengalami gangguan mata
20	Saya sering merasa malas
21	Saya sering mudah putus asa
22	Saya sering sakit kalau jauh dari rumah
23	Saya menderita isomnia

26	Saya sering bertengkar dengan teman
27	Saya sering merasa iri hati dgn teman
28	Saya sering sensitif terhadap teman
29	Saya sering salah paham
30	Saya tidak mudah mengontrol ekspresi
31	Saya suka mencari perhatian
32	Saya sulit beradaptasi dengan lingk
33	Saya tidak mudah percaya dengan orang lain
34	Saya sering konflik dengan keluarga

MASALAH BELAJAR

1	Dalam memahami materi saya harus membacanya lebih dari 1 kali
2	Saya belum bisa mengatur waktu belajar
3	Saya cepat mengantuk kalau belajar
4	Saya hanya belajar jika ada ujian
5	Saya hanya belajar ketika lagi mood
6	Saya kalau belajar tidak teratur
7	Saya kurang mampu menetapkan tujuan belajar
8	Saya kurang mendapat pengawasan dari orang tua
9	Saya merasa banyak godaan kalau sedang belajar
10	Saya memiliki daya ingat yang rendah
11	Saya merasa fasilitas belajar kurang mendukung

MASALAH KARIER

1	Saya belum ada niat untuk bekerja
2	Saya belum berfikir jangka panjang
3	Saya belum mandiri
4	Saya belum memiliki kemantapan berkarier
5	Saya belum mempunyai cita cita
6	Saya belum menemukan potensi diri
7	Saya belum merasa dewasa
8	Saya belum punya pandangan karier
9	Saya kurang informasi mengenai masa depan
10	Saya Saya kurang wawasan terhadap masa depan
11	Saya masih ingin bersenang-senang
12	Saya merasa ada kesenjangan antara harapan dan denga kenyataan

12	Saya merasa kurang fokus dalam belajar
13	Saya merasa tidak ada motivasi belajar
14	Saya orang yang sulit menganalisis masalah
15	Saya orang yang takut gagal
16	Saya sering menunda-nunda pekerjaan
17	Saya sering merasa malas belajar
18	Saya sulit menuangkan pikiran dalam kata kata

13	Saya merasa belum bisa menjadi siswa yang handal
14	Saya merasa khawatir menempuh waktu yang lama di SMA
15	Saya merasa kurang adanya motivasi
16	Saya merasa kurang disiplin waktu
17	Saya merasa memiliki jurusan yang sesuai
18	Saya merasa tidak akan berhasil dimasa depan
19	Saya mudah terpengaruh instansi terkenal
20	Saya orang yang sulit mengambil keputusan
22	Saya pasrah menerima keadaan
23	saya sering berorientasi pada masa kini
24	Saya sering gagal dalam seleksi
25	Saya takut menghadapi resiko
26	Saya tidak yakin bekerja sesuai harapan dan cita cita
27	saya tidak yakin dengan jurusan yang saya ambil

Pilih media salam daftar media
dibawah
dan digunakan untuk membantu
mengatasi permasalahan yang Anda
alami

MEDIA	
1	Bagan
2	Biografi Tokoh
3	Brosur
4	Buku
5	CD Interaktif
6	Diagram
7	Film
8	Foto
9	Gambar
10	Grafik
11	Internet
12	Kalender
13	Kotak masalah
14	Modul
15	News Letter
16	Papan bimbingan
17	Permainan
18	Poster
19	Presensi multimedia
20	Program video
21	Radio
22	Simulasi
23	Striker
24	Telefisi
25	Training motivasi

Tambahkan media yang menurut Anda
belum ada dalam daftar diatas.....



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

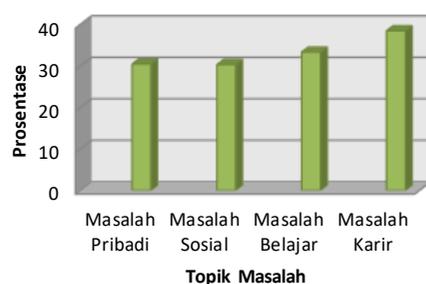
A. IDENTITAS

Nama : An Naffila Putri Prasaja Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	7	23	30	D
2	Masalah Sosial	10	33	30	D
3	Masalah Belajar	6	18	33	D
4	Masalah Karir	10	26	38	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- 0
- Bimbingan Karier

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

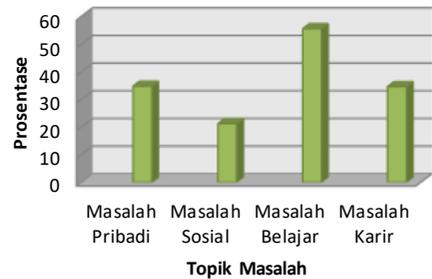
A. IDENTITAS

Nama : Anis Khotimah Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	8	23	35	D
2	Masalah Sosial	7	33	21	C
3	Masalah Belajar	10	18	56	E
4	Masalah Karir	9	26	35	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

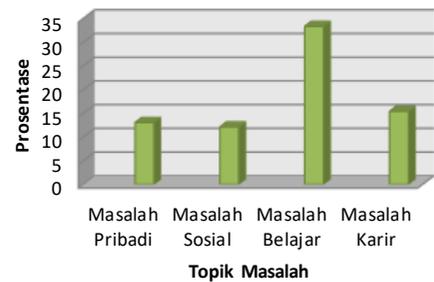
A. IDENTITAS

Nama : Elia Rahmawai Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	3	23	13	C
2	Masalah Sosial	4	33	12	C
3	Masalah Belajar	6	18	33	D
4	Masalah Karir	4	26	15	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

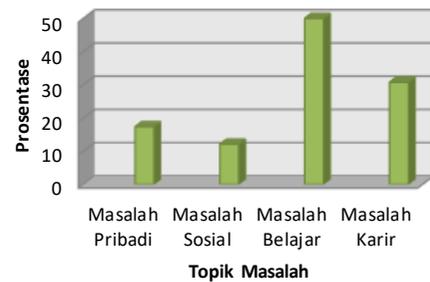
A. IDENTITAS

Nama : Fuad Hasanuddin Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	4	33	12	C
3	Masalah Belajar	9	18	50	D
4	Masalah Karir	8	26	31	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- Bimbingan Belajar
- 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



**LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
 MEDIA LACAK MASALAH**

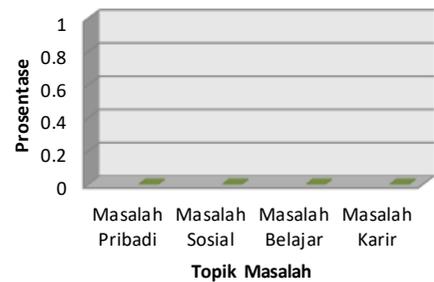
A. IDENTITAS

Nama : **Ganesha Nawang Sar** Jenis Kelamin : **0**
 Kelas : **XI MIPA 1** Tanggal Pelaksanaan : **0**
 Sekolah : **SMA Negeri 1 Jetis** Umur : **0**

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	0	23	0	A
2	Masalah Sosial	0	33	0	A
3	Masalah Belajar	0	18	0	A
4	Masalah Karir	0	26	0	A

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

1 0
 2 0
 3 0
 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
 Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

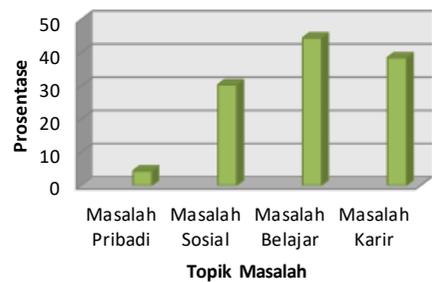
A. IDENTITAS

Nama : Hanifatun Atika Khusni Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 17

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	1	23	4	B
2	Masalah Sosial	10	33	30	D
3	Masalah Belajar	8	18	44	D
4	Masalah Karir	10	26	38	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- Bimbingan Belajar
- 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

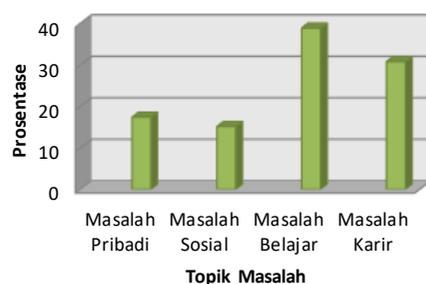
A. IDENTITAS

Nama : Indra Agung Pratama Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	7	18	39	D
4	Masalah Karir	8	26	31	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- Bimbingan Belajar
- 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



**LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
 MEDIA LACAK MASALAH**

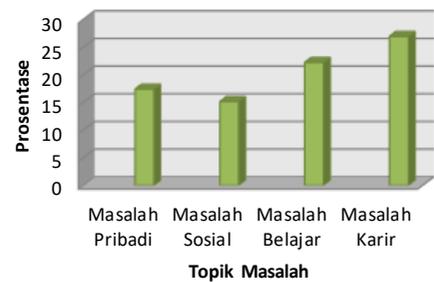
A. IDENTITAS

Nama : Iqbal Fadlurrohman Z Jenis Kelamin : Laki-laki
 Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
 Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	4	18	22	C
4	Masalah Karir	7	26	27	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 0
- 4 Bimbingan Karier

Yogyakarta, 25 September 2017
 Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM 14104241021



**LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
 MEDIA LACAK MASALAH**

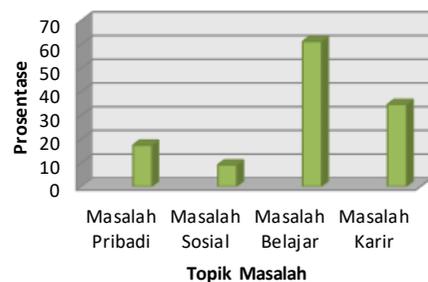
A. IDENTITAS

Nama : **Irawan Arya Rinanto** Jenis Kelamin : **Laki-laki**
 Kelas : **XI MIPA 1** Tanggal Pelaksanaan : **21 September 2017**
 Sekolah : **SMA Negeri 1 Jetis** Umur : **16**

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	3	33	9	B
3	Masalah Belajar	11	18	61	E
4	Masalah Karir	9	26	35	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 **Bimbingan Belajar**
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
 Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

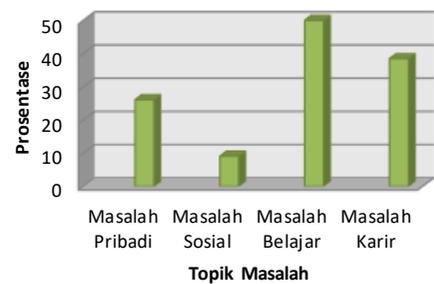
A. IDENTITAS

Nama : Isna Ilham Nur Rizki Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	6	23	26	D
2	Masalah Sosial	3	33	9	B
3	Masalah Belajar	9	18	50	D
4	Masalah Karir	10	26	38	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

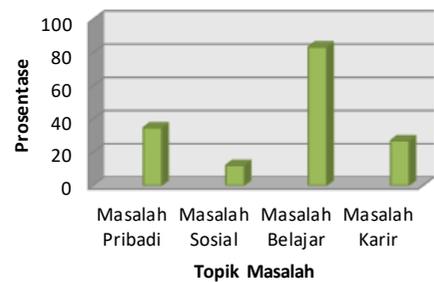
A. IDENTITAS

Nama : Ivanda Dwi Purnadi Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	8	23	35	D
2	Masalah Sosial	4	33	12	C
3	Masalah Belajar	15	18	83	E
4	Masalah Karir	7	26	27	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

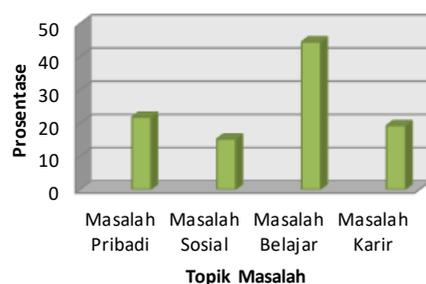
A. IDENTITAS

Nama : Liana Febriyanti Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	5	23	22	C
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	8	18	44	D
4	Masalah Karir	5	26	19	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- Bimbingan Belajar
- 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

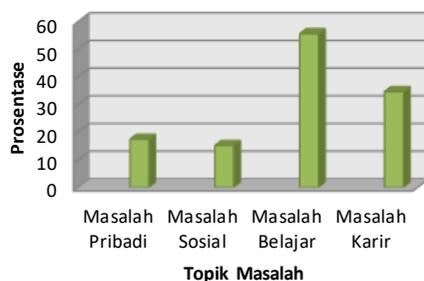
A. IDENTITAS

Nama : Marcellinus Dimas Yo, Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 17

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	10	18	56	E
4	Masalah Karir	9	26	35	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

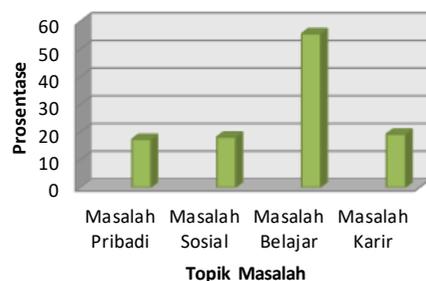
A. IDENTITAS

Nama : Mellati Dian Utami Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	6	33	18	C
3	Masalah Belajar	10	18	56	E
4	Masalah Karir	5	26	19	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



RAHASIA

NO 15

LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

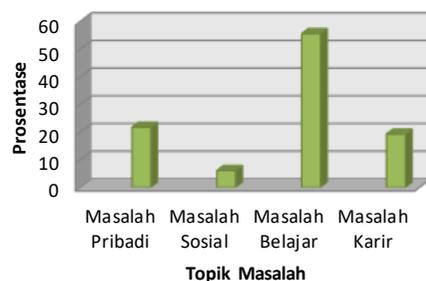
A. IDENTITAS

Nama : Miftahurronmah Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 15

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	5	23	22	C
2	Masalah Sosial	2	33	6	B
3	Masalah Belajar	10	18	56	E
4	Masalah Karir	5	26	19	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- Bimbingan Belajar
- 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

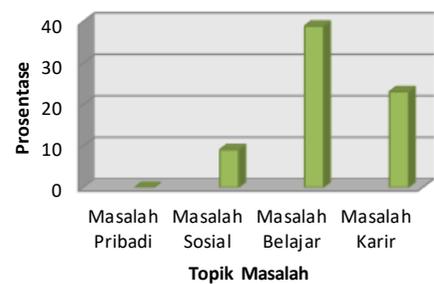
A. IDENTITAS

Nama : Muhammad Amiruddi Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 17

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	0	23	0	A
2	Masalah Sosial	3	33	9	B
3	Masalah Belajar	7	18	39	D
4	Masalah Karir	6	26	23	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

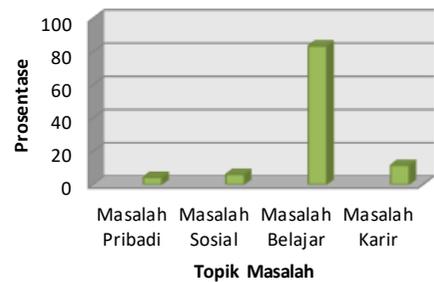
A. IDENTITAS

Nama : **Muhammad Yusron Fi** Jenis Kelamin : **Laki-laki**
Kelas : **XI MIPA 1** Tanggal Pelaksanaan : **21 September 2017**
Sekolah : **SMA Negeri 1 Jetis** Umur : **17**

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	1	23	4	B
2	Masalah Sosial	2	33	6	B
3	Masalah Belajar	15	18	83	E
4	Masalah Karir	3	26	12	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 **Bimbingan Belajar**
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

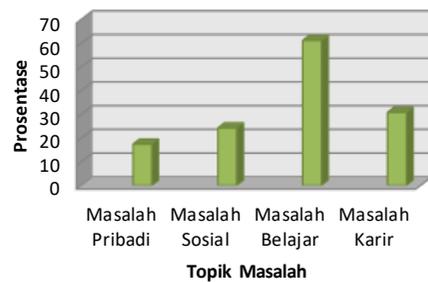
A. IDENTITAS

Nama : Muhda Ziddan Ar-Roz: Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 8 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	8	33	24	C
3	Masalah Belajar	11	18	61	E
4	Masalah Karir	8	26	31	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

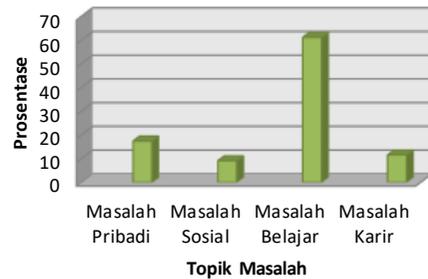
A. IDENTITAS

Nama : Nabila Afifah Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	3	33	9	B
3	Masalah Belajar	11	18	61	E
4	Masalah Karir	3	26	12	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

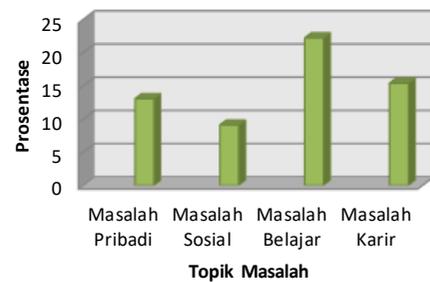
A. IDENTITAS

Nama : Nindya Kirana Lufta Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	3	23	13	C
2	Masalah Sosial	3	33	9	B
3	Masalah Belajar	4	18	22	C
4	Masalah Karir	4	26	15	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

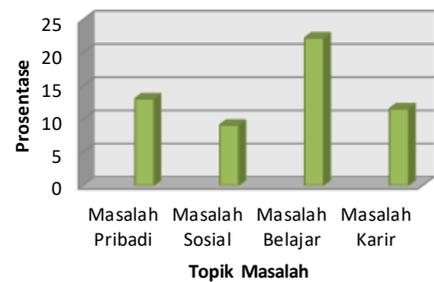
A. IDENTITAS

Nama : Nurita Warih Palupi Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	3	23	13	C
2	Masalah Sosial	3	33	9	B
3	Masalah Belajar	4	18	22	C
4	Masalah Karir	3	26	12	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS MEDIA LACAK MASALAH

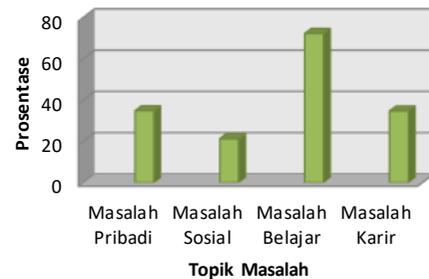
A. IDENTITAS

Nama : Panji Akbarudin Jenis Kelamin : Perempuan
 Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
 Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	8	23	35	D
2	Masalah Sosial	7	33	21	C
3	Masalah Belajar	13	18	72	E
4	Masalah Karir	9	26	35	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
 Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM 141104241021



**LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
 MEDIA LACAK MASALAH**

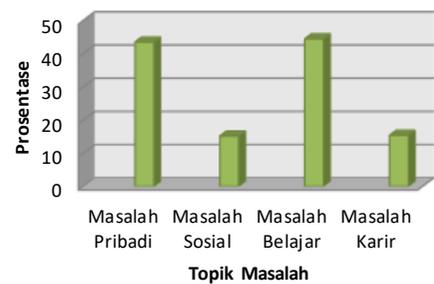
A. IDENTITAS

Nama : **Resdiana Widya Choi** Jenis Kelamin : **Perempuan**
 Kelas : **XI MIPA 1** Tanggal Pelaksanaan : **21 September 2017**
 Sekolah : **SMA Negeri 1 Jetis** Umur : **16**

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	10	23	43	D
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	8	18	44	D
4	Masalah Karir	4	26	15	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 **Bimbingan Pribadi**
- 2 0
- 3 0
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
 Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

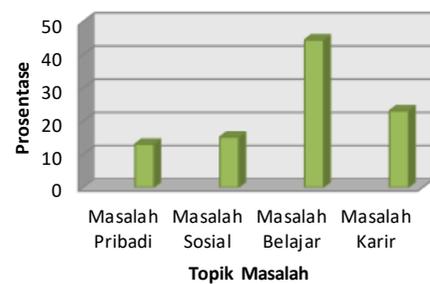
A. IDENTITAS

Nama : Rifky Eko Satyanada Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	3	23	13	C
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	8	18	44	D
4	Masalah Karir	6	26	23	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

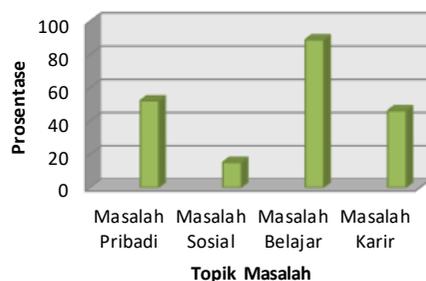
A. IDENTITAS

Nama : Rinawan Tri Sanjaya Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	12	23	52	E
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	16	18	89	E
4	Masalah Karir	12	26	46	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

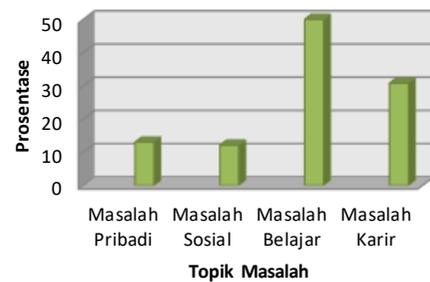
A. IDENTITAS

Nama : Royyan Rifki Widyarto Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	3	23	13	C
2	Masalah Sosial	4	33	12	C
3	Masalah Belajar	9	18	50	D
4	Masalah Karir	8	26	31	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

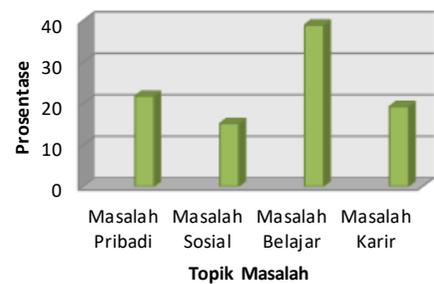
A. IDENTITAS

Nama : Siti Nurjanah Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	5	23	22	C
2	Masalah Sosial	5	33	15	C
3	Masalah Belajar	7	18	39	D
4	Masalah Karir	5	26	19	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- Bimbingan Belajar
- 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



**LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
 MEDIA LACAK MASALAH**

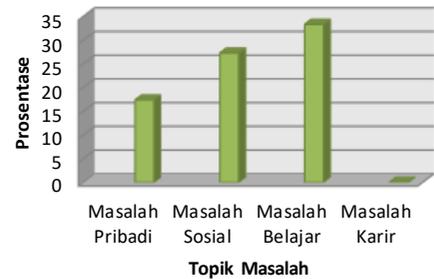
A. IDENTITAS

Nama : **Tri Puspita Dyah Setia** Jenis Kelamin : **Perempuan**
 Kelas : **XI MIPA 1** Tanggal Pelaksanaan : **21 September 2017**
 Sekolah : **SMA Negeri 1 Jetis** Umur : **16**

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	9	33	27	D
3	Masalah Belajar	6	18	33	D
4	Masalah Karir	0	26	0	A

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 Bimbingan Sosial
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
 Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM 14104241021



**LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
 MEDIA LACAK MASALAH**

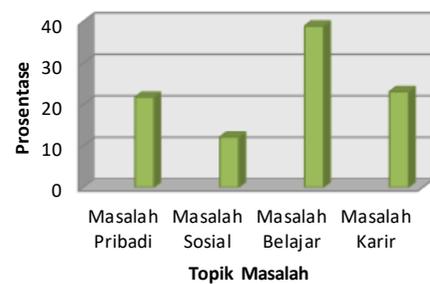
A. IDENTITAS

Nama : **Tsamara Hasriasari** Jenis Kelamin : **Perempuan**
 Kelas : **XI MIPA 1** Tanggal Pelaksanaan : **21 September 2017**
 Sekolah : **SMA Negeri 1 Jetis** Umur : **16**

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	5	23	22	C
2	Masalah Sosial	4	33	12	C
3	Masalah Belajar	7	18	39	D
4	Masalah Karir	6	26	23	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 **Bimbingan Belajar**
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
 Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
 NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

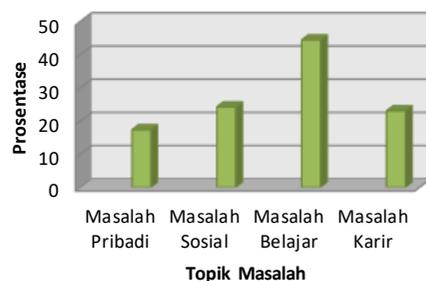
A. IDENTITAS

Nama : Zulfa Luthfi Anisa Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	8	33	24	C
3	Masalah Belajar	8	18	44	D
4	Masalah Karir	6	26	23	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 0
- 0
- Bimbingan Belajar
- 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

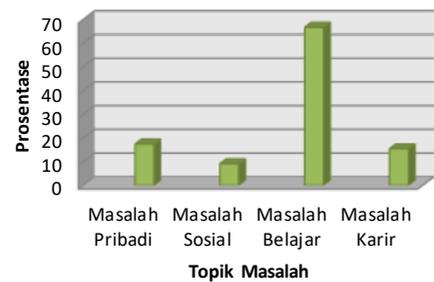
A. IDENTITAS

Nama : Muhammad Iqbal Adi Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	4	23	17	C
2	Masalah Sosial	3	33	9	B
3	Masalah Belajar	12	18	67	E
4	Masalah Karir	4	26	15	C

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 0
- 2 0
- 3 Bimbingan Belajar
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021



LAPORAN INDIVIDUAL HASIL ANALISIS
MEDIA LACAK MASALAH

A. IDENTITAS

Nama : Dian Ardhita Jenis Kelamin : Perempuan
Kelas : XI MIPA 1 Tanggal Pelaksanaan : 21 September 2017
Sekolah : SMA Negeri 1 Jetis Umur : 16

B. PROFIL MASALAH

NO	TOPIK MASALAH	nM	n	%	KAT
1	Masalah Pribadi	8	23	35	D
2	Masalah Sosial	9	33	27	D
3	Masalah Belajar	5	18	28	D
4	Masalah Karir	7	26	27	D

Profil Masalah Individu



C. KETERANGAN

No	Prosentase	Kategori
1	0%	A (Baik) Tidak Bermasalah
2	1% - 10%	B (Cukup Baik) Tidak Bermasalah
3	11% - 25%	C (Cukup) Agak Bermasalah
4	26% - 50%	D (Kurang) Bermasalah
5	51% - 100%	E (Kurang Sekali) Sangat Bermasalah

D. SARAN UNTUK KEPERLUAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Anda disarankan untuk mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling sebagai berikut :

- 1 Bimbingan Pribadi
- 2 0
- 3 0
- 4 0

Yogyakarta, 25 September 2017
Konselor

Anastasia Dwi Anggitasari
NIM 14104241021

DOKUMENTASI



PENDAMPINGAN LOMBA LBB



LAYANAN KLASIKAL



LAYANAN KLASIKAL



UPACARA BENDERA



DISKUSI/ SHARING TEMAN SEJAWAT