

## Lampiran 1

### DAFTAR TERJEMAH

No	Hal	Bab	Terjemah
1	3	I	44. maka berbicaralah kamu berdua kepadanya dengan kata-kata yang lemah lembut, mudah-mudahan ia ingat atau takut"
2	4	I	159. Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya

**PEDOMAN OBSERVASI**

1. Mengamati keadaan dan kondisi lingkungan di sekitar lokasi SMP 23 Banjarmasin.
2. Mengamati keadaan dan kondisi sarana dan prasarana yang ada di SMP 23 Banjarmasin.
3. Mengamati tenaga pengajar, siswa, dan staf tata usaha secara umum di SMP 23 Banjarmasin.
4. Mengamati fasilitas yang tersedia di ruangan bimbingan dan konseling di SMP 23 Banjarmasin.
5. Mengamati jadwal kegiatan program semester bimbingan dan konseling di SMP 23 Banjarmasin.

**PEDOMAN DOKUMENTASI**

1. Dokumen tentang sejarah berdirinya SMP 23 Banjarmasin.
2. Dokumen tentang jumlah pengajar dan staf administrasi (tata usaha) di SMP 23 Banjarmasin 2016/2017.
3. Dokumen tentang jumlah siswa secara keseluruhan di SMP 23 Banjarmasin Banjarmasin 2016/2017.
4. Dokumen tentang keadaan serta kondisi sarana dan prasarana yang dimiliki SMP 23 Banjarmasin. Tahun pelajaran 2016/2017.
5. dokumen tentang keadaan fasilitas yang dimiliki SMP 23 Banjarmasin. Tahun pelajaran 2016/2017..
6. Dokumen tentang pelaksanaan layanan Konseling individual di SMP 23 Banjarmasin

## DAFTAR WAWANCARA

### A. Guru Bimbingan dan Konseling

1. Berapa jumlah guru BK di SMP 23 Banjarmasin ?
2. Apa latar belakang pendidikan bapak/ibu ?
3. Sudah berapa lama bapak/ ibu mengajar sebagai guru BK di sekolah ini?
4. Apakah ada tugas lain selain menjadi guru BK di sekolah ini?
5. Menurut bapak/ibu seberapa penting pelaksanaan konseling individual?
6. Masalah apa saja yang sering di temui terkait layanan konseling individual?
7. Kapan biasanya konseling individual dilakukan ?
8. Berapa lama waktu yang dihabiskan oleh guru BK untuk melkukan konseling individual?
9. Bagaimana cara ibu/bapak membangun dan menjaga hubungan baik dengan siswa saat melakukan konseling individual?
10. Sikap dan tindakan apa yang sangat membantu dalam proses bimbingan?
11. Apa saja faktor penunjang bapak/ibu dalam melakukan konseling individual?
12. Apa saja yang menghambat bapak/ibu dalam melakukan konseling individual?
13. Bagaimana perasaan dari siswa/i setelah melakukan konseling individual?
14. Menurut bapak/ibu apa saja faktor yang membuat konseling individual dikatakan berhasil?
15. Apa tindak lanjut /evaluasi setelah melakukan konseling individual pada siswa?

# PROGRAM BIMBINGAN DAN KONSELING SMP NEGERI 23 BANJARMASIN

Program Bimbingan Konseling merupakan acuan dasar untuk pelaksanaan kegiatan satuan layanan bimbingan konseling. Perencanaan ini dibuat bersama oleh personil sekolah yang terkait dengan berpedoman pada petunjuk teknis dengan memperhatikan kondisi sekolah. Perencanaan tersebut berisi bidang-bidang layanan yang dialokasikan menurut waktu ( bulanan, semesteran dan tahunan ).

### A. Jenis Layanan Bimbingan Konseling.

Berbagai jenis layanan dan kegiatan perlu dilakukan sebagai wujud penyelenggaraan layanan bimbingan terhadap sasaran layanan, yaitu siswa. Layanan dan kegiatan pokok tersebut yaitu :

- 1. Layanan Orientasi. Yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan siswa dan pihak-pihak lain yang dapat memberikan pengaruh besar terhadap siswa ( terutama orang tua ), memahami lingkungan sekolah yang baru dimasukinya. Untuk mempermudah dan memperlancar peran serta siswa di lingkungan yang baru.
- 2. Layanan Informasi. Yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan siswa dan pihak-pihak lain yang dapat memberikan pengaruh besar terhadap siswa ( terutama orang tua ), menerima dan memahami informasi ( seperti informasi pendidikan dan jabatan/pekerjaan ) yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengambil keputusan.
- 3. Layanan Bimbingan Penempatan dan Penyaluran. Yaitu layanan yang memungkinkan siswa mendapat penempatan dan penyaluran secara tepat ( misalnya penempatan dan penyaluran di dalam kelas, kelompok belajar, jurusan, ekstrakurikuler ) yang sesuai dengan potensi, minat, bakat dan kondisi pribadinya.
- 4. Layanan Bimbingan Pembelajaran. Yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan siswa mengembangkan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya serta berbagai aspek tujuan dan kegiatan belajar lainnya.
- 5. Layanan Konseling Individual. Yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan siswa mendapat layanan langsung tatap muka dengan pembimbing dalam rangka pembahasan dan pemecahan masalahnya.
- 6. Layanan Bimbingan Kelompok. Yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari.
- 7. Layanan Konseling Kelompok. Yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan siswa mendapat kesempatan untuk membahas dan memecahkan masalah melalui dinamika kelompok.

## **B. Isi Layanan Bimbingan Konseling**

Layanan bimbingan hendaknya disesuaikan dengan tujuan dan sasaran layanan bimbingan konseling serta karakteristik perkembangan siswa dan aspek pribadi, sosial, belajar dan karir. Disamping itu sebaiknya diperhatikan pula kebutuhan siswa dari masing-masing tingkatan kelas.

Isi layanan tersebut adalah :

### **1. Kelas VII**

#### **1. Bimbingan Pribadi – Sosial :**

1. Pemantapan sikap dan kebiasaan serta pengembangan wawasan dalam beriman dan bertakwa terhadap tuhan yang maha esa.
2. Pemantapan pemahaman tentang kekuatan diri dan pengembangannya untuk kegiatan – kegiatan yang kreatif dan produktif, baik dalam kehidupan sehari – hari maupun untuk peranannya di masa depan.
3. Pemantapan kemampuan mengarahkan diri sesuai dengan bakat dan minatnya
4. Pemantapan kemampuan berkomunikasi, baik melalui ragam lisan maupun tulisan secara efektif.
5. Pemantapan kemampuan menerima dan menyampaikan pendapat serta berargumentasi secara dinamis, kreatif dan produktif.

#### **2. Bimbingan Belajar**

1. Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar yang efektif dan efisien serta produktif, baik dalam mencari informasi dari berbagai sumber belajar, bersikap terhadap guru dan nara sumber lainnya, mengembangkan keterampilan belajar, mengerjakan tugas – tugas pelajaran, dan menjalani program penilaian hasil belajar.

#### **3. Bimbingan Karir.**

1. Pemantapan informasi karir yang umumnya, khususnya karir yang hendak di kembangkan. Orientasi dan Informasi terhadap pendidikan yang lebih tinggi, khususnya sesuai dengan karir yang hendak dikembangkan pemahaman diri berkenaan dengan kecenderungan karier yang hendak di kembangkan.
2. Pemantapan orientasi.

### **2. Kelas VIII**

#### **1. Bimbingan Pribadi – Sosial**

1. Pemantapan pemahaman tentang bakat dan minat pribadi serta menyalurkan dan pengembangannya pada / melalui kegiatan – kegiatan yang kreatif dan produktif. Usaha – usaha penanggulangannya.
2. Pemantapan kemampuan pengambilan keputusan.
3. Pemantapan kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial, baik di rumah, maupun di sekolah, maupun di masyarakat luas dengan menjunjung tinggi tata krama,

sopan santun serta nilai – nilai agama , adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan yang berlaku.

4. Pemantapan hubungan yang dinamis, harmonis, dan produktif dengan teman sebaya, baik di sekolah yang sama, di sekolah yang lain, di luar sekolah, maupun di masyarakat umumnya.

## 2. Bimbingan Belajar

1. Pemantapan penguasaan materi program belajar di sekolah menengah atas sesuai dengan perkembangan ilmu, teknologi dan kesenian.

## 3. Bimbingan Karir

1. Orientasi dan informasi terhadap dunia kerja dan usaha memperoleh penghasilan untuk memenuhi kebutuhan hidup.

## 3. Kelas IX

### 1. Bimbingan Pribadi – Sosial

1. Pemantapan pemahaman tentang kelemahan diri dan keputusan yang telah diambil.
2. Pemantapan dalam perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat, baik secara rohaniyah maupun jasmaniah
3. Pemantapan pemahaman kondisi dan peraturan sekolah serta upaya pelaksanaannya secara dinamis dan bertanggung jawab.
4. Pemantapan tentang hidup berkeluarga.

### b. Bimbingan Belajar

1. Mengevaluasi hasil belajar dan merencanakan perubahan yang diperlukan, mengenal dan mencari informasi di luar sekolah yang menunjang pencapaian tujuan belajar ).
2. Pemantapan disiplin belajar dan berlatih, baik secara mandiri maupun berkelompok.

### c. Bimbingan Karir.

1. Pemantapan pemahaman dan pemamfaatan kondisi fisik, sosial, dan budaya yang ada di sekolah, lingkungan sekitar, dan masyarakat untuk pengembangan pengetahuan dan kemampuan, serta pengembangan pribadi.
2. Orientasi belajar di perguruan tinggi.

## **C. Teknik, Waktu Dan Tempat Pelaksanaan**

### 1. Teknik Pelaksanaan

- Layanan bimbingan konseling dapat dilaksanakan dalam beberapa cara tergantung pada sifat permasalahan, jumlah siswa, kesiapan tenaga pembimbing, serta tersediannya waktu dan tempat. Berdasarkan hal-hal tersebut di atas maka cara-cara yang ditempuh antara lain:

1. Dengan cara Klasikal Yaitu cara pelayanan kepada siswa yang sama kebutuhannya tanpa adanya pemisah.
2. Dengan cara Kelompok. Yaitu melayani siswa yang sama kebutuhannya namun tidak tidak sesuai untuk sebagian siswa yang lain, misalnya perbedaan jenis kelamin, agama, usia dan sebagainya.
3. Dengan cara Individual.
4. Dengan cara Alih Tangan Kasus

## 2. Waktu

1. Terjadwal
2. Terjadwal tersendiri secara individual
3. Mengambil waktu di luar jam pelajaran

## 3. Tempat Pelaksanaan

1. Kegiatan layanan bimbingan memerlukan tempat secara baik dan tepat. Kegiatan bimbingan konseling dapat dilakukan di ruangan yang disiapkan secara khusus untuk keperluan tersebut atau di ruang kelas, di ruang laboratorium, atau di tempat lain yang telah disepakati bersama siswa.

## **D. Pembagian Tugas.**

**Drs.H.Maswedan Noor, MM** ( Kepala Sekolah ) :

Penanggung jawab Layanan Bimbingan Konseling di SMP Negeri 23 Banjarmasin, menangani siswa secara insidental.

**Dra. Hj. Erlina Fatmi** ( Koordinator BK ) : menangani kelas IX, dengan memberikan layanan bimbingan konseling secara terjadwal dan insidental serta pengadministrasiannya

**Laila Khairiyah, S.Pd.I** ( Guru BK ) : menangani siswa kelas VIII, dengan memberikan layanan bimbingan konseling secara terjadwal dan insidental serta pengadministrasiannya

**Erna Wati, S.Pd** ( Guru BK ) : menangani VII, dengan memberikan layanan bimbingan konseling secara terjadwal dan insidental serta pengadministrasiannya.



## Lampiran 6

### Percakapan Konseling Ibu Erlin

**Konseli** :Asalamu'alaikum Bu.

**Konselor** :Wa'alaikum salam. Wah,Ibu senang sekali berjumpa dengan mu?  
Tampaknya seperti ada sesuatu yang penting, sehingga kamu menemui ibu

Klien : Iya bu

Klien : Sejujurnya saat ini saya sedang mempunyai masalah yang cukup mengganggu pikiran saya bu...

**Konselor** : Kamu menyampaikan bahwa sedang menghadapi masalah yang cukup mengganggu pikiranmu, jika kamu tidak keberatan cobalah untuk menceritakan permasalahan itu pada ibu nak..

Klien : Sejujurnya saya bingung bu,(sambil menunduk dan terdiam sejenak)  
saya bingung harus mulai menceritakan permasalahan ini dari mana, karena permasalahan ini sudah berlangsung selama beberapa hari bu....

**Konselor** : Masalah tersebut sudah berlangsung selama beberapa hari, pasti Deni merasa sangat tidak nyaman bukan?

**Konseli** : Iya bu..,Ibu benar memang itu yang saya rasakan hingga saat ini  
(dengan ekspresi wajah sedih)

**Konselor** : Ibu bisa mengerti bagaimana perasaanmu nak, oleh sebab itu cobalah kamu ceritakan pada ibu apa yang menjadi persoalan.

**Konseli** : Jadi begini bu.(Sambil merasa agak ragu untuk bercerita) Saya merasa kesulitan dalam belajar bu, akhir-akhir ini saya sangat sulit berkonsentrasi saat belajar bahkan minggu yang lalu nilai pelajaran saya jelek bu...

**Konselor** : Lalu bagaimana?

**Konseli** : Saya benar-benar merasa bingung bu,terkadang saya juga malu kepada teman-teman sekelas saya bu

**Konselor** : Jika boleh ibu tahu, apa yang menyebabkan timbulnya perasaan seperti itu dan malu terhadap teman-temanmu?

**Konseli** : Saya malu karena keadaan saya bu, Terkadang saya merasa kecewa dan bingung terhadap diri saya sendiri bu,hari ini saya mendapatkan nilai yang jelek sedangkan teman saya mendapatkan nilai bagus.

**Konselor** : Lalu jika kamu merasa bingung dan kecewa pada dirimu sendiri serta malu terhadap teman-temanmu, Apa yang biasanya kamu lakukan?

**Konseli** : Saya lebih banyak diam di kelas bu,saya merasa minder dengan teman-teman saya yang prestasinya sangat bagus, terkadang saya juga sering melamun sendiri bu...

**Konselor** : Ibu sangat memahami bagaimana perasaanmu nak,tetapi apakah dengan kamu menjauh dari teman-teman dan hanya terdiam didalam kelas menjadikan perasaanmu merasa lebih baik?

**Konseli** : Tentu saja tidak bu, saya merasa takut bu jika saya tidak dapat menyeimbangi kepintaraan teman-teman saya bu, dan saya juga takut jika tidak dapat mengikuti pelajaran dengan baik bu..

**Konselor** : Baiklah nak,tetapi sebelum kita lanjutkan pembicaraan ini. Jika ibu tidak salah dalam memahami permasalahanmu,tadi kamu mengatakan bahwa kamu merasa kesulitan dalam belajar kemudian baru saja kamu juga mengatakan bahwa kamu malu terhadap teman-temanmu karena khawatir tidak dapat menyeimbangi dan mengikuti pelajaran dengan baik, sebenarnya yang manakah yang menjadi permasalahan paling penting dan mengganggu pikiranmu nak?

**Konseli** : Sebenarnya.....ya semua bu,karena kedua permasalahan ini benar-benar membuat saya merasa terbebani bu, tetapi memang yang paling penting sebenarnya adalah masalah yang berkaitan dengan kesulitan belajar saya bu,keadaan ini sungguh membuat saya takut akan masa depan saya bu,saya takut jika tidak dapat berhasil dalam belajar bu, saya juga tidak ingin membuat kedua orang tua saya kecewa bu.

**Konselor** : Baiklah nak, ternyata kamu sudah mampu memahami permasalahan yang sedang kamu hadapi

**Konseli** :Ya bu, saya sudah paham akan tetapi terkadang saya masih bingung bu, apa yang harus saya lakukan untuk menghadapi permasalahan ini?

**Konselor** : Sekarang begini nak,sebenarnya yang menjadi niat dan tujuanmu sekolah apa? untuk belajar dan menuntut ilmu bukan?

**Konseli** : Ya bu,itu memang menjadi tujuan saya.

**Konselor** : Kamu mempunyai niat dan bagus nak, Ibu sangat senang mengetahui niat itu, lalu sudahkah kamu memiliki cara untuk mengatasi permasalahan itu?

**Konseli** : Saya benar-benar masih bingung bu. makanya saya datang menemui Ibu meminta bantuan untuk dapat menyelesaikan permasalahan ini.

**Konselor** : Baiklah nak,jadi begini,Ibu dapat memahami bahwa keadaan yang seperti ini bukanlah hal yang mudah untuk dijalani.Akan tetapi sesungguhnya kamu tidak perlu merasa malu dengan keadaan saat ini,kamu harus tetap semangat dalam memperbaiki cara belajarmu.

**Konseli** : Kenapa begitu bu..?

**Konselor** : Coba sekarang kamu pikirkan dan renungkan hal ini bersama-sama, kamu masih diberi kesempatan untuk bersekolah, bukankah itu hal yang sangat luar biasa? tidak semua orang memiliki kesempatan itu, kesempatan untuk menempuh pendidikan, banyak anak-anak diluar sana ingin meneruskan pendidikan, tetapi gagal disebabkan oleh banyak faktor yang menjadi penyebabnya. Tetapi tidak demikian halnya denganmu, kamu masih dapat bersekolah dengan lancar sampai saat ini, bukan begitu nak..?

**Konseli** : Iya bu...,apa yang ibu sampaikan memang benar..

**Konselor** : Ibu yakin jika kamu berusaha semaksimal mungkin kamu akan dapat mencapai tujuanmu dan mewujudkan cita-citamu nak...Jangan merasa malu dengan temanmu, kamu pasti bisa memperbaiki prestasimu nak, teruslah belajar dan biasakan menyesuaikan lingkunganmu nak agar dapat berkonsentrasi dengan baik saat kamu belajar nak, serta mintalah dukungan pada kedua orang tuamu untuk tidak menyalakan tv saat kamu belajar bila memang itu menjadi salah satu faktor kamu tidak dapat belajar secara maksimal.

**Konseli** : Iya bu. Tapi bagaimana saya harus menghilangkan rasa malu saya dalam bergaul dengan teman-teman saya bu..?

**Konselor** : Ibu rasa, tak akan ada masalah yang berarti nak...,karena segala sesuatu tergantung pada diri kita sendiri, jika kita mampu membawa diri kita dengan baik, maka semua orang pun akan menerima kehadiran kita dengan baik. Cobalah untuk membuka diri nak dengan bergaul kepada teman-temanmu dan bergabung dengan teman-temanmu. Jangan menarik diri dari mereka nak, karena dengan kamu menghindar itu tidak akan menyelesaikan masalah nak.

**Konseli** : Baik bu...,saya akan mencoba untuk melaksanakan saran yang telah Ibu berikan, meskipun mungkin saya sangat butuh waktu yang cukup lama bu..

**Konselor** : Iya memang nak, segala sesuatu tidak ada yang instan semua butuh proses nak, dilakukan secara bertahap serta pelan-pelan nak,untuk memperoleh hasil yang maksimal.

**Konseli** : Iya bu,sekarang saya sudah tahu dan mengerti apa yang harus saya lakukan bu..

**Konselor** : Memang harus begitu nak, cobalah ubah cara belajarmu agar setiap belajar dapat memperoleh hasil yang baik. mulai besok lakukanlah belajar dipagi hari setelah menunaikan ibadah solat subuh, karena udara dipagi hari dan suasana dipagi hari sangat sejuk dan tenang itu sangat berpengaruh pada proses belajar sebab disaat pagi hari pikiran kita masih segar dan tidak terbebani oleh hal-hal yang lain.

**Konseli** : Iya bu...,mulai besok pagi saya akan mencoba hal itu.saya akan belajar dipagihari bu...,karena dimalam hari saya sangat sulit untuk berkonsentrasi saat belajar, sehingga prestasi saya sangat menurun bu..

**Konselor** : Yakinlah nak kamu pasti akan bisa berhasil dan dapat meningkatkan prestasimu kembali, setiap manusia pasti mengalami suatu masalah nak. Tapi jangan jadikan masalah itu sebagai keminderan tapi jadikanlah suatu untuk tetap terus maju dan menjadi lebih baik lagi nak.

**Konseli** :Iya bu...,memang benar yang ibu katakan,saya benar-benar sudah mengerti bu...,bahwa saya harus menerima semua dengan ikhlas dan terus belajar agar dapat menggapai cita-cita saya bu..

**Konselor** : Syukurlah nak,kamu sekarang sudah tahu apa yang harus kamu lakukan,sekarang bagaimana perasaanmu nak setelah menyampaikan semua permasalahanmu pada Ibu..?

**Konseli** : Saya sudah merasa lega bu,dengan saya bercerita kepada Ibu, beban saya menjadi berkurang, saya sudah merasa lebih tenang bu.

**Konselor** : Apakah ada lagi yang ingin kamu sampaikan nak..?

**Konseli** : Saya rasa tidak bu,terimakasih banyak atas nasehatnya bu dan atas waktu yang telah ibu berikan kepada saya,saya mohon pamit dulu bu.

**Konselor** : Baiklah nak..,sama-sama nak..

**Konseli** : Permissi bu...,selamat siang..(berjabat tangan)

**Konselor** : Ya nak,selamat siang.

**Percakapan Konseling Ibu Erna**

**Konselor** : (Menenangkan siswa agar tidak terbawa emosi) atur nafasnya, tarik nafas hembuskan.. kenapa jadi sampai terjadi perkelahian dengan **Taufik**?

**Raharja** : **Taufik** bu, mengambil pulpen saya

**Konselor** : kenapa kamu bisa menuduh **Taufik** seperti itu nak?

**Raharja** : pulpen saya udah ngga ada bu, terus saya liat **Taufik** memakai pulpen saya karena pulpen saya ada cirinya bu.

**Konselor** : walaupun kamu tau **Taufik** yang mengambil tapi tidak mesti dengan perkelahian, masalahkan bisa diselesaikan dengan baik-baik benar tidak?

**Raharja** : iya bu..

**Konselor** : sekarang Ibu mau tanya, apa baiknya berkelahi?

**Raharja** : ngga ada bu

**Konselor** : **Raharja** tau sendiri tidak ada untungnya dalam berkelahi, malahan kita yang rugi bener ngga?

**Raharja** : benar bu

**Konselor** :sekarang kamu kembali dulu ke kelas

**Raharja** : siap bu

**Konselor** selanjutnya memanggil **Taufik**, pada saat itu **Taufik** merasa biasa saja dan tidak terlalu gugup saat bertemu dengan ibu Erna.

**Konselor** : **Taufik** apa yang sebenarnya terjadi?

**Taufik** : saya hanya meminjam pulpen **Raharja** bu, tapi dia langsung menuduh saya mengambilnya.

**Konselor** : apakah **Taufik** bilang bahwa sedang meminjam pulpen **Raharja**?

**Taufik** : Tidak bu, hehe

**Konselor** : kalau seperti itu pasti **Taufik** dituduh mengambil kalau tidak bilang pada **Raharja**. **Taufik** mau disebut maling?

**Taufik** : tentu saja tidak bu,

**Konselor** : tentu saja tidak ada yang mau, karena kalau kamu ngambil barang seseorang tanpa izin nanti kamu disangka macam-macam, kalau **Taufik** nanti mau meminjam barang teman harus bilang terlebih dahulu agar tidak ada yang curiga dengan **Taufik** siap **Taufik**?

**Taufik** : siap bu

**Konselor** kemudian memanggil **Raharja** dan **Taufik**

**Konselor** : oke, jadi yang terjadi disini hanya kesalah pahaman, **Raharja** nanti kalau mau menyelesaikan masalah jangan langsung pakai emosi, tapi dibicarakan terlebih dahulu, dan untuk **Taufik** ingat minta izin saat meminjam barang orang lain. Siap mau berjanji dengan ibu?

T dan H : siap bu

**Konselor** : sekarang bersalaman, dan saling minta maaf



**Percakapan Konseling Ibu Laila**

**Konseli** : Selamat pagi Bu

**Konselor** : Selamat pagi Eka, mari silakan duduk

**Konselor** : Wah, Ibu sangat senang sekali bertemu dengan Eka, Eka bagaimana kabarnya ?

**Konseli** : tidak baik bu (diam, menyimpan perasaan tertentu, melihat ke bawah dan tidak menatap **Konselor**)

**Konselor** : Kalau Ibu boleh tau kenapa kabarnya Eka tidak baik ?

**Konseli** : Entahlah Bu, saya merasa sangat bingung dan sedih

**Konselor** : Ibu memahami apa yang kamu rasakan. Namun apakah perasaan tidak enak atau yang mengganggu perasaan mu itu bisa di bicarakan bersama ?

**Konseli** : Ya bu saya pikir juga begitu

**Konselor** : Hhhmmm...Bisakah Eka jelaskan ?

**Konseli** :Iya Bu,

**Konseli** : Begini Bu “Saya merasa tidak percaya diri ketika tampil di depan orang banyak apalagi ketika disuruh maju di depan kelas. Setiap saya tampil di depan kelas saya pasti gugup dan bingung harus berkata apa, rasanya tiba-tika bibir saya menjadi kaku.

**Konselor** : Bisakah Eka menjelaskan lebih jauh tentang perasaan tidak percaya diri yang Eka rasakan ?

**Konseli** : Saya gemetar ketika tampil di depan kelas bu. Saya juga merasa tidak percaya diri saat akan menjawab pertanyaan dari guru, padahal saya hanya menjawabnya dari tempat duduk tetapi saya tetap merasa gugup dan gemetar, ini yang menyebabkan saya jarang bicara dan berpendapat ketika guru mengajar di kelas.

**Konselor** : Ibu bisa memahami yang Eka rasakan

**Konselor** : Selanjutnya apa yang Eka lakukan ketika Eka merasa tidak percaya diri di kelas ?

**Konseli** : Saya hanya diam saja Bu, dari pada saya malu di depan teman-teman karena saya gugup dan gemetar.

**Konselor** : Apakah dengan cara seperti itu Eka merasa senang dan nyaman di kelas ?

**Konseli** : Tidak Bu

**Konselor** : Mungkin Eka berpikir kalau segala sesuatu itu harus sempurna tanpa ada kesalahan sedikitpun. Apakah demikian?

**Konseli** : Ya Bu, saya orangnya memang seperti itu segala sesuatu harus yang saya kerjakan dengan sempurna walaupun itu tidak mungkin. Mungkin itu juga yang membuat saya seperti ini.

**Konselor** : oke Ibu mau bertanya, jadi sekarang yang kamu hadapi adalah bagaimana supaya tidak gugup lagi?

**Konseli** : Ya Bu..dan saya bingung harus bagaimana. Setiap hari saya berpikir dan berusaha bagaimana caranya agar saya bisa percaya diri tampil di depan kelas.

**Konselor** : Berarti Eka sudah memahami apa yang sedang kamu hadapi

**Konseli** : Ya bu, Saya sangat ingin sekali bisa tampil percaya diri di depan kelas, tapi rasanya sulit sekali.

**Konselor** : Itu sudah keinginan yang bagus. Lalu apakah Eka sudah punya cara untuk mengatasi masalah Eka supaya tidak gugup lagi kalau tampil didepan kelas dan dihadapan teman-teman?

**Konseli** : Saya masih bingung Bu

**Konselor** : Apa yang membuat Eka merasa bingung ?

**Konseli** : Saya takut jika nanti akan ditertawakan oleh teman-teman dikelas bu

**Konselor** : Apakah Eka sudah pernah mencoba yang terbaik saat kamu disuruh tampil didepan kelas?

**Konseli** : Rasanya belum Bu.

**Konselor** : Jika mencobanya saja Eka belum, lalu kenapa Eka bisa berpikiran seperti itu ?

**Konseli** : Nah itu yang saya tidak mengerti bu (bingung dan berpikir). Baik saya akan berusaha melakukan yang terbaik bu agar saya merasa percaya diri dan tidak gugup lagi dalam maju didepan kelas untuk menjawab soal.

**Konselor** : oke, gugup itu wajar Eka. kamu hanya harus membiasakan untuk berbicara di hadapan teman-temanmu. Setelah kamu terbiasa, sedikit demi sedikit gugup kamu pasti akan berkurang. Paham Eka?

**Konseli** : saya paham Bu.

**Konselor** : Baiklah, apa kira-kira rencana mu sementara sebagai pegangan untuk tindakan selanjutnya

**Konseli** : Pertama, saya akan berlatih dan belajar dulu tentang pelajaran yang nanti akan saya hadapi. kedua saya akan berpenampilan rapi sehingga saya akan merasa lebih percaya diri dan yang ketiga saya akan berdoa dulu sebelum tampil agar saya merasa lebih tenang. Saya rasa itu yang akan saya lakukan Bu.

**Konselor** : Bagus, Eka sudah tahu apa yang harus Eka lakukan. Sebelum pembicaraan ini kita tutup, bagaimana perasaan kamu sekarang?

**Konseli** : Saya merasa lega dan lebih tenang. Kecemasan dan ketakutan yang saya alami mulai menurun dan juga saya tahu langkah-langkah apa yang harus saya lakukan untuk mengatasi rasa tidak percaya diri saya ini.

**Konselor** : setelah melakukan **Konseling** sekitar 20 menit, jadi kesimpulannya adalah Pertama, Eka akan berlatih dan belajar dulu tentang pelajaran yang akan Eka hadapi, kedua Eka akan berpenampilan rapi sehingga Eka akan merasa lebih percaya diri dan yang ketiga Eka akan berdoa dulu sebelum maju kedepan kelas. Apakah Eka yakin akan melakukan itu ?

**Konseli** : Ya Bu saya yakin.

**Konselor** : Apakah masih ada yang akan Eka sampaikan?

**Konseli** : Tidak Bu, saya kira cukup.

**Konselor** : Bagaimana kalau kita tutup pembicaraan ini dan Ibu mengucapkan terima kasih atas kedatangan Eka.

**Konseli** : Sama-sama Bu

## Lampiran 7

### RENCANA PEMBERIAN LAYANAN KONSELING INDIVIDU

- A. Topik Bahasan : Kesulitan Belajar  
B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi  
C. Jenis Layanan : Konseling Individu  
D. Fungsi Layanan : Perbaikan  
E. Tujuan Layanan : agar siswa memahami cara belajar yang efektif  
F. Pencapaian Kompetensi : Siswa memiliki perkembangan dan perubahan dalam sikap dan cara bergaul dengan teman-temannya  
H. Metode : Wawancara  
I. Sasaran Layanan : Deny / VIII  
J. Uraian Kegiatan :

TAHAP	KEGIATAN	ESTIMASI WAKTU
Pembukaan	a. Guru pembimbing mengucapkan salam pembuka b. Attending c. Empati Guru pembimbing mengungkapkan ekspresi empati secara verbal dan nonverbal	5 menit
Inti	a. Keterampilan bertanya Guru pembimbing menggunakan pertanyaan tertutup dan terbuka untuk bertanya kepada klien b. Konfrontasi Guru pembimbing menkonfrontasi secara tepat c. Merangkum/Meringkas Guru pembimbing menyampaikan rangkuman	10 menit

	wawancara d. Perilaku Geniune Guru pembimbing mengekspresikan perilaku geniune secara verbal	
Penutup	a. Pemecahan Masalah - Klien mampu mengeksplorasi masalah - Klien mampu memahami masalah - Klien mampu menemukan masalah yang dihadapi Klien mampu menetapkan dan menilai alternatif terbaik atas pemecahan masalahnya Klien mampu memegang teguh alternatif pemecahan masalahnya b. Guru pembimbing mengucapkan salam penutup	5 menit

- K. Tempat Layanan : Ruang BK
- L. Waktu/Semester : 30 menit/Semester Ganjil
- M. Hari/Tanggal/Jam : Selasa, 1 Agustus 2017, Jam ke 3
- N. Pelaksana : Praktikan
- O. Pihak yang Berperan Serta : Guru pembimbing
- P. Alat-alat Perlengkapan : Buku catatan masalah
- Q. Rencana Tindak Lanjut : Mengamati perkembangan perilaku siswa setelah mendapat layanan konseling individu

## LAMPIRAN MATERI

## **Layanan konseling individual**

Layanan Konseling Individual, yaitu peserta didik memperoleh layanan secara langsung bertatap muka dengan Konselor. Dengan demikian diupayakan terbantu fungsi pengentasan dari permasalahan yang dialami. Konseling individu sebagai pendekatan efektif bagi peserta didik, dimana peserta didik bebas mengekspresikan diri, pengalaman dan perasaan tanpa beban, sehingga dapat diharapkan adanya perubahan perilaku ke arah membangun diri dan lingkungan, dimana peserta didik dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Kerangka kerja konseling perorangan dilandasi oleh prinsip dasar sebagai berikut:

1. Klien adalah individu yang memiliki kemampuan untuk memilih tujuan, membuat keputusan, dan secara umum mampu menerima tanggung jawab dari tingkah lakunya,
2. Konseling berfokus pada saat ini dan masa depan, tidak berfokus pada masa lalu,
3. Wawancara merupakan alat utama dalam keseluruhan kegiatan konseling,
4. Tanggung jawab pengambilan keputusan berada pada klien,
5. Konseling memfokuskan pada perubahan tingkah laku dan bukan hanya membantu klien menyadari masalahnya.

Tujuan konseling adalah memfasilitasi klien agar terbantu untuk :

1. Menyesuaikan diri secara efektif terhadap diri sendiri dan lingkungannya, sehingga memperoleh kebahagiaan hidup,
2. Mengarahkan dirinya sesuai dengan potensinya yang dimilikinya ke arah perkembangan yang optimal,
3. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman diri,
4. Memperkuat motivasi untuk melakukan hal-hal yang benar,
5. Mengurangi tekanan emosi melalui kesempatan untuk mengekspresikan perasaannya
6. Meningkatkan pengetahuan dan kapasitas untuk mengambil keputusan yang efektif.

## Prosedur Pelaksanaan Konseling Individu

Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu: (1) tahap awal (tahap mendefinisikan masalah); (2) tahap inti (tahap kerja); dan (3) tahap akhir (tahap perubahan dan tindakan).

### 1. Tahap Awal

Tahap ini terjadi dimulai sejak klien menemui konselor hingga berjalan sampai konselor dan klien menemukan masalah klien. Pada tahap ini beberapa hal yang perlu dilakukan, diantaranya:

- a. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien (rapport). Kunci keberhasilan membangun hubungan terletak pada terpenuhinya asas-asas bimbingan dan konseling terutama azas kesukarelaan, keterbukaan, kerahasiaan dan kegiatan.
- b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan klien telah melibatkan diri, maka konselor harus dapat membantu memperjelas masalah klien.
- c. Membuat penaksiran dan perjajagan. Konselor berusaha menjajagi atau menaksir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagi antisipasi masalah.
- d. Menegosiasikan kontrak. Membangun perjanjian antara konselor dengan klien, berisi:
  - 1) Kontrak waktu, yaitu berapa lama waktu pertemuan yang diinginkan oleh klien dan konselor tidak berkebaratan.
  - 2) Kontrak tugas, yaitu berbagi tugas antara konselor dan klien.
  - 3) Kontrak kerjasama dalam proses konseling, yaitu terbinanya peran dan tanggung jawab bersama antara konselor dan konseling dalam seluruh rangkaian kegiatan konseling.

### 2. Inti (Tahap Kerja)

Setelah tahap Awal dilaksanakan dengan baik, proses konseling selanjutnya adalah memasuki tahap inti atau tahap kerja. Pada tahap ini terdapat beberapa hal yang harus dilakukan, diantaranya:



- a. Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih dalam. Penjelajahan masalah dimaksudkan agar klien mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalah yang sedang dialaminya.
- b. Konselor melakukan reassessment (penilaian kembali), bersama-sama klien meninjau kembali permasalahan yang dihadapi klien.
- c. Menjaga agar hubungan konseling tetap terpelihara. Hal ini bisa terjadi jika:
  - 1) Klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan diri dan memecahkan masalah yang dihadapinya.
  - 2) Konselor berupaya kreatif mengembangkan teknik-teknik konseling yang bervariasi dan dapat menunjukkan pribadi yang jujur, ikhlas dan benar-benar peduli terhadap klien.
  - 3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kesepakatan yang telah dibangun pada saat kontrak tetap dijaga, baik oleh pihak konselor maupun klien.

3. Akhir (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir ini terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan, yaitu:

- a. Konselor bersama klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.
  - b. Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling sebelumnya.
  - c. Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling (penilaian segera).
  - d. Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.
4. Pada tahap akhir ditandai beberapa hal, yaitu:
- a. Menurunnya kecemasan klien
  - b. Perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis.
  - c. Pemahaman baru dari klien tentang masalah yang dihadapinya.
  - d. Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.

**RENCANA PEMBERIAN LAYANAN  
KONSELING INDIVIDU**

- A. Topik Bahasan : Salah paham
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
- C. Jenis Layanan : Konseling Individu
- D. Fungsi Layanan : Perbaikan
- E. Tujuan Layanan : agar siswa saling memahami sesama teman
- F. Pencapaian Kompetensi : Siswa memiliki perkembangan dan perubahan dalam sikap dan cara bergaul dengan teman-temannya
- H. Metode : Wawancara
- I. Sasaran Layanan : Taufik dan Raharja/ VII
- J. Uraian Kegiatan :

TAHAP	KEGIATAN	ESTIMASI WAKTU
Pembukaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Attending</li> <li>c. Empati</li> </ul> <p>Guru pembimbing mengungkapkan ekspresi empati secara verbal dan nonverbal</p>	5 menit
Inti	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Keterampilan bertanya</li> <li>Guru pembimbing menggunakan pertanyaan tertutup dan terbuka untuk bertanya kepada klien</li> <li>b. Konfrontasi</li> <li>Guru pembimbing menkonfrontasi secara tepat</li> <li>c. Merangkum/Meringkas</li> <li>Guru pembimbing menyampaikan rangkuman wawancara</li> </ul>	10 menit

	d. Perilaku Geniune Guru pembimbing mengekspresikan perilaku geniune secara verbal	
Penutup	a. Pemecahan Masalah - Klien mampu mengeksplorasi masalah - Klien mampu memahami masalah - Klien mampu menemukan masalah yang dihadapi Klien mampu menetapkan dan menilai alternatif terbaik atas pemecahan masalahnya Klien mampu memegang teguh alternatif pemecahan masalahnya b. Guru pembimbing mengucapkan salam penutup	5 menit

- K. Tempat Layanan : Ruang BK
- L. Waktu/Semester : 25 menit/Semester Ganjil
- M. Hari/Tanggal/Jam : Rabu, 2 Agustus 2017, Jam ke 4
- N. Pelaksana : Praktikan
- O. Pihak yang Berperan Serta : Guru pembimbing
- P. Alat-alat Perlengkapan : Buku catatan masalah
- Q. Rencana Tindak Lanjut : Mengamati perkembangan perilaku siswa setelah mendapat layanan konseling individu

## **LAMPIRAN MATERI**

### **Layanan konseling individual**

Layanan Konseling Individual, yaitu peserta didik memperoleh layanan secara langsung bertatap muka dengan Konselor. Dengan demikian diupayakan terbantu fungsi pengentasan dari permasalahan yang dialami. Konseling individu sebagai pendekatan efektif bagi peserta didik, dimana peserta didik bebas mengekspresikan diri, pengalaman dan perasaan tanpa beban, sehingga dapat diharapkan adanya perubahan perilaku ke arah membangun diri dan lingkungan, dimana peserta didik dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Kerangka kerja konseling perorangan dilandasi oleh prinsip dasar sebagai berikut:

1. Klien adalah individu yang memiliki kemampuan untuk memilih tujuan, membuat keputusan, dan secara umum mampu menerima tanggung jawab dari tingkah lakunya,
2. Konseling berfokus pada saat ini dan masa depan, tidak berfokus pada masa lalu,
3. Wawancara merupakan alat utama dalam keseluruhan kegiatan konseling,
4. Tanggung jawab pengambilan keputusan berada pada klien,
5. Konseling memfokuskan pada perubahan tingkah laku dan bukan hanya membantu klien menyadari masalahnya.

Tujuan konseling adalah memfasilitasi klien agar terbantu untuk :

1. Menyesuaikan diri secara efektif terhadap diri sendiri dan lingkungannya, sehingga memperoleh kebahagiaan hidup,
2. Mengarahkan dirinya sesuai dengan potensinya yang dimilikinya ke arah perkembangan yang optimal,
3. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman diri,
4. Memperkuat motivasi untuk melakukan hal-hal yang benar,
5. Mengurangi tekanan emosi melalui kesempatan untuk mengekspresikan perasaannya
6. Meningkatkan pengetahuan dan kapasitas untuk mengambil keputusan yang efektif.

## Prosedur Pelaksanaan Konseling Individu

Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu: (1) tahap awal (tahap mendefinisikan masalah); (2) tahap inti (tahap kerja); dan (3) tahap akhir (tahap perubahan dan tindakan).

### 1. Tahap Awal

Tahap ini terjadi dimulai sejak klien menemui konselor hingga berjalan sampai konselor dan klien menemukan masalah klien. Pada tahap ini beberapa hal yang perlu dilakukan, diantaranya:

- a. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien (rapport). Kunci keberhasilan membangun hubungan terletak pada terpenuhinya asas-asas bimbingan dan konseling terutama azas kesukarelaan, keterbukaan, kerahasiaan dan kegiatan.
- b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan klien telah melibatkan diri, maka konselor harus dapat membantu memperjelas masalah klien.
- c. Membuat penaksiran dan perjajagan. Konselor berusaha menjajagi atau menaksir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagi antisipasi masalah.
- d. Menegosiasikan kontrak. Membangun perjanjian antara konselor dengan klien, berisi:
  - 1) Kontrak waktu, yaitu berapa lama waktu pertemuan yang diinginkan oleh klien dan konselor tidak berkebaratan.
  - 2) Kontrak tugas, yaitu berbagi tugas antara konselor dan klien.
  - 3) Kontrak kerjasama dalam proses konseling, yaitu terbinanya peran dan tanggung jawab bersama antara konselor dan konseling dalam seluruh rangkaian kegiatan konseling.

### 2. Inti (Tahap Kerja)

Setelah tahap Awal dilaksanakan dengan baik, proses konseling selanjutnya adalah memasuki tahap inti atau tahap kerja. Pada tahap ini terdapat beberapa hal yang harus dilakukan, diantaranya:

- a. Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih dalam. Penjelajahan masalah dimaksudkan agar klien mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalah yang sedang dialaminya.
- b. Konselor melakukan reassessment (penilaian kembali), bersama-sama klien meninjau kembali permasalahan yang dihadapi klien.
- c. Menjaga agar hubungan konseling tetap terpelihara. Hal ini bisa terjadi jika:
  - 1) Klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan diri dan memecahkan masalah yang dihadapinya.
  - 2) Konselor berupaya kreatif mengembangkan teknik-teknik konseling yang bervariasi dan dapat menunjukkan pribadi yang jujur, ikhlas dan benar-benar peduli terhadap klien.
  - 3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kesepakatan yang telah dibangun pada saat kontrak tetap dijaga, baik oleh pihak konselor maupun klien.
3. Akhir (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir ini terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan, yaitu:

- a. Konselor bersama klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.
  - b. Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling sebelumnya.
  - c. Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling (penilaian segera).
  - d. Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.
4. Pada tahap akhir ditandai beberapa hal, yaitu:
- a. Menurunnya kecemasan klien
  - b. Perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis.
  - c. Pemahaman baru dari klien tentang masalah yang dihadapinya.
  - d. Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.

## Lampiran 7

### RENCANA PEMBERIAN LAYANAN KONSELING INDIVIDU

- A. Topik Bahasan : Menjadi pribadi yang percaya diri
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
- C. Jenis Layanan : Konseling Individu
- D. Fungsi Layanan : Perbaikan
- E. Tujuan Layanan : agar siswa menjadi percaya diri
- F. Pencapaian Kompetensi : Siswa memiliki perkembangan dan perubahan dalam sikap dan cara bergaul dengan teman-temannya
- H. Metode : Wawancara
- I. Sasaran Layanan : Eka / VIII
- J. Uraian Kegiatan :

TAHAP	KEGIATAN	ESTIMASI WAKTU
Pembukaan	a. Guru pembimbing mengucapkan salam pembuka b. Attending c. Empati Guru pembimbing mengungkapkan ekspresi empati secara verbal dan nonverbal	5 menit
Inti	a. Keterampilan bertanya Guru pembimbing menggunakan pertanyaan tertutup dan terbuka untuk bertanya kepada klien b. Konfrontasi Guru pembimbing menkonfrontasi secara tepat c. Merangkum/Meringkas Guru pembimbing menyampaikan rangkuman	10 menit

	wawancara d. Perilaku Geniune Guru pembimbing mengekspresikan perilaku geniune secara verbal	
Penutup	a. Pemecahan Masalah - Klien mampu mengeksplorasi masalah - Klien mampu memahami masalah - Klien mampu menemukan masalah yang dihadapi Klien mampu menetapkan dan menilai alternatif terbaik atas pemecahan masalahnya Klien mampu memegang teguh alternatif pemecahan masalahnya b. Guru pembimbing mengucapkan salam penutup	5 menit

- K. Tempat Layanan : Ruang BK
- L. Waktu/Semester : 20 menit/Semester Ganjil
- M. Hari/Tanggal/Jam : Rabu, 2 Agustus 2017, Jam ke 4
- N. Pelaksana : Praktikan
- O. Pihak yang Berperan Serta : Guru pembimbing
- P. Alat-alat Perlengkapan : Buku catatan masalah
- Q. Rencana Tindak Lanjut : Mengamati perkembangan perilaku siswa setelah mendapat layanan konseling individu

## **LAMPIRAN MATERI**



## **Layanan konseling individual**

Layanan Konseling Individual, yaitu peserta didik memperoleh layanan secara langsung bertatap muka dengan Konselor. Dengan demikian diupayakan terbantu fungsi pengentasan dari permasalahan yang dialami. Konseling individu sebagai pendekatan efektif bagi peserta didik, dimana peserta didik bebas mengekspresikan diri, pengalaman dan perasaan tanpa beban, sehingga dapat diharapkan adanya perubahan perilaku ke arah membangun diri dan lingkungan, dimana peserta didik dapat tumbuh dan berkembang secara optimal.

Kerangka kerja konseling perorangan dilandasi oleh prinsip dasar sebagai berikut:

1. Klien adalah individu yang memiliki kemampuan untuk memilih tujuan, membuat keputusan, dan secara umum mampu menerima tanggung jawab dari tingkah lakunya,
2. Konseling berfokus pada saat ini dan masa depan, tidak berfokus pada masa lalu,
3. Wawancara merupakan alat utama dalam keseluruhan kegiatan konseling,
4. Tanggung jawab pengambilan keputusan berada pada klien,
5. Konseling memfokuskan pada perubahan tingkah laku dan bukan hanya membantu klien menyadari masalahnya.

Tujuan konseling adalah memfasilitasi klien agar terbantu untuk :

1. Menyesuaikan diri secara efektif terhadap diri sendiri dan lingkungannya, sehingga memperoleh kebahagiaan hidup,
2. Mengarahkan dirinya sesuai dengan potensinya yang dimilikinya ke arah perkembangan yang optimal,
3. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman diri,
4. Memperkuat motivasi untuk melakukan hal-hal yang benar,
5. Mengurangi tekanan emosi melalui kesempatan untuk mengekspresikan perasaannya
6. Meningkatkan pengetahuan dan kapasitas untuk mengambil keputusan yang efektif.

## Prosedur Pelaksanaan Konseling Individu

Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu: (1) tahap awal (tahap mendefinisikan masalah); (2) tahap inti (tahap kerja); dan (3) tahap akhir (tahap perubahan dan tindakan).

### 1. Tahap Awal

Tahap ini terjadi dimulai sejak klien menemui konselor hingga berjalan sampai konselor dan klien menemukan masalah klien. Pada tahap ini beberapa hal yang perlu dilakukan, diantaranya:

- a. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien (rapport). Kunci keberhasilan membangun hubungan terletak pada terpenuhinya asas-asas bimbingan dan konseling terutama azas kesukarelaan, keterbukaan, kerahasiaan dan kegiatan.
- b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan klien telah melibatkan diri, maka konselor harus dapat membantu memperjelas masalah klien.
- c. Membuat penaksiran dan perjangjangan. Konselor berusaha menjajagi atau menaksir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagi antisipasi masalah.
- d. Menegosiasikan kontrak. Membangun perjanjian antara konselor dengan klien, berisi:
  - 1) Kontrak waktu, yaitu berapa lama waktu pertemuan yang diinginkan oleh klien dan konselor tidak berkebaratan.
  - 2) Kontrak tugas, yaitu berbagi tugas antara konselor dan klien.
  - 3) Kontrak kerjasama dalam proses konseling, yaitu terbinanya peran dan tanggung jawab bersama antara konselor dan konseling dalam seluruh rangkaian kegiatan konseling.

### 2. Inti (Tahap Kerja)

Setelah tahap Awal dilaksanakan dengan baik, proses konseling selanjutnya adalah memasuki tahap inti atau tahap kerja. Pada tahap ini terdapat beberapa hal yang harus dilakukan, diantaranya:

- a. Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih dalam. Penjelajahan masalah dimaksudkan agar klien mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalah yang sedang dialaminya.
- b. Konselor melakukan reassessment (penilaian kembali), bersama-sama klien meninjau kembali permasalahan yang dihadapi klien.
- c. Menjaga agar hubungan konseling tetap terpelihara. Hal ini bisa terjadi jika:
  - 1) Klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan diri dan memecahkan masalah yang dihadapinya.
  - 2) Konselor berupaya kreatif mengembangkan teknik-teknik konseling yang bervariasi dan dapat menunjukkan pribadi yang jujur, ikhlas dan benar-benar peduli terhadap klien.
  - 3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kesepakatan yang telah dibangun pada saat kontrak tetap dijaga, baik oleh pihak konselor maupun klien.

3. Akhir (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir ini terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan, yaitu:

- a. Konselor bersama klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.
  - b. Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling sebelumnya.
  - c. Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling (penilaian segera).
  - d. Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.
4. Pada tahap akhir ditandai beberapa hal, yaitu:
- a. Menurunnya kecemasan klien
  - b. Perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis.
  - c. Pemahaman baru dari klien tentang masalah yang dihadapinya.
  - d. Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.

## Lampiran 9

### RIWAYAT HIDUP PENULIS

1. Nama Lengkap : Muhammad Sarpani
2. Tempat Tanggal Lahir : Gambut, 11 Desember 1994
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Status Perkawinan : Belum Kawin
5. Agama : Islam
6. Suku/Kebangsaan : Banjar/Indonesia
7. Alamat Sekarang : Jl. Pemajatan km.2 Rt 06 Rw 02  
no.11 kec. Gambut, Kel. Gambut,  
Kab. Banjar, kode pos 70652
  
8. Pendidikan : a. SD Negeri 2 Gambut  
b. MTs Negeri 2 Gambut  
c. SMA Negeri 1 Gambut
  
9. Orang Tua  
Ayah  
a. Nama : Rusmadi  
b. Pekerjaan : Pegawai swasta
10. Alamat : Jl. Pemajatan km.2 Rt 06 Rw 02  
no.11 kec. Gambut, Kel. Gambut,  
Kab. Banjar, kode pos 70652  
  
Ibu  
a. Nama : Basariah  
b. Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
11. Alamat : Jl. Pemajatan km.2 Rt 06 Rw 02  
no.11 kec. Gambut, Kel. Gambut,  
Kab. Banjar, kode pos 70652
12. Anak ke (Jumlah Saudara) : Ke 2 dari 3 bersaudara

Banjarmasin, 2018

Penulis,

Muhammad Sarpani