



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI GURU  
PPG DALAM JABATAN 2021  
BIDANG STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA SALATIGA**



**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN  
KONSELING INDIVIDUAL  
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

1.	Nama Konseli	:	DCA (samaran)
2.	Kelas/Semester	:	VIII/II
3.	Hari, Tanggal	:	Mei 2021
4.	Pertemuan ke-	:	Pertama
5.	Waktu	:	40 Menit
6.	Tempat	:	Ruang BK
7.	Deskripsi Masalah		
	a. Gejala masalah		<ol style="list-style-type: none"><li>1. Dari hasil angket kebutuhan peserta didik yang telah diisi oleh konseli menunjukkan bahwa konseli mengalami kesulitan dalam bergaul dengan teman sebaya</li><li>2. Hasil observasi bahwa konseli sering duduk sendiri ketika jam istirahat</li><li>3. Konseli cenderung diam dan murung ketika di sekolah</li></ol>
	b. Sebab masalah		<ul style="list-style-type: none"><li>• Kurang percaya diri dalam bergaul dengan teman sebaya</li><li>• Takut di tolak oleh teman sebaya</li></ul>
	c. Akar masalah		konseli merasa rendah diri dan kurang percaya diri dalam membina hubungan dengan teman sebaya, konseli memiliki rasa takut di tolak ketika berhubungan dengan teman sebaya, pemikiran irasional ini yang membuat konseli memilih untuk menyendiri dan menarik diri dari lingkungan teman sebaya

8	Tujuan Konseling	:	<p>a. Melalui proses konseling individu, konseli mampu <b>menilai</b> kelebihan dan kelemahan yang di miliki oleh konseli berkaitan dengan penyesuaian diri dengan teman sebaya secara tepat (C5)</p> <p>b. Melalui konseling individu, konseli mampu <b>merumuskan</b> latarbelakang yang mendasari permasalahan penyesuaian diri dengan teman sebaya secara tepat (A4)</p> <p>c. Setelah mengikuti konseling individu, konseli mampu <b>mengubah</b> pemikiran irasional menjadi rasional berkaitan dengan penyesuaian diri dengan teman sebaya secara baik (A4)</p> <p>d. Setelah mengikuti konseling individu, konseli mampu <b>menciptakan</b> pemikiran baru berkaitan dengan penyesuaian diri dengan teman sebaya agar terjalin dengan baik (P5)</p>
9.	Pendekatan konseling	:	REBT ( <i>rasional emotive behaviour therapy</i> )
10.	Teknik Pemecahan Masalah	:	<i>Dispute</i> tingkah laku
11.	Tahap Kegiatan Konseling		
	a. Tahap Pembinaan hubungan	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penyambutan Konseli,: salam, menanyakan kabar dan menyambut konseli dengan penuh hangat</li> <li>2. Menjalin hubungan yang baik dan kolaboratif antara konselor dan konseli guna pencapaian perubahan yang diharapkan</li> <li>3. Konselor menunjukkan perhatian, penerimaan, penghargaan, dan pemahaman terhadap konseli sebagai individu yang unik agar timbul kepercayaan konseli</li> </ol>

			<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Melakukan percakapan topik netral dengan konseli yang dapat membangun kesadaran konseli atas kelebihan dan sumber-sumber dirinya bagi pengembangan solusi masalah yang dihadapinya</li> <li>5. Konselor dan konseli bersama-sama mengkonstruksi masalah yang dapat diselesaikan sedari awal-awal hubungan konseling</li> </ol>
	<p>b. Tahap pengelolaan pemikiran dan cara pandang</p>	<p>:</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor mengajak konseli untuk menyadari bahwa konseli sedang mengalami permasalahan</li> <li>2. Konselor meminta konseli untuk mengutarakan perasaan yang dialami</li> <li>3. Konselor menunjukkan masalah konseli berkaitan dengan sudut pandang teori A-B-C yang melatarbelakangi munculnya masalah dalam diri konseli</li> <li>4. Konselor dan konseli menggali peristiwa yang melatarbelakangi pemikiran irasional sehingga konseli terjebak pada masalah ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan teman sebaya</li> <li>5. Konselor dan konseli menetapkan tujuan konseling, menanyakan kepada konseli apa yang ingin dicapai? Perubahan apa yang diinginkan oleh konseli?</li> <li>6. Menerapkan teknik <i>dispute</i> tingkah laku untuk mendebat dan menentang pemikiran irasional konseli, merekonstruksi pola pikir agar rasional</li> </ol>

			dan menghentikan cara berfikir irasional
	c. Tahap pengelolaan emosi atau <i>afektif</i>	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor mengamati konseli dalam proses perubahan pemikiran dan keyakinan irasional menjadi pemikiran yang adaptif dan rasional</li> <li>2. Konselor menunjukkan perilaku kecil yang pernah nampak dari konseli guna penguatan perubahan pemikiran irasioanal</li> <li>3. Konselor menerapkan tehnik relaksasi agar suasana konseling tetap kondusif</li> </ol>
	d. Tahap pengelolaan Tingkah laku	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor meminta persetujuan konseli atas perubahan yang dikehendaki dalam proses konseling</li> <li>2. Konselor mengamati perubahan pemikiran pada diri konseli</li> <li>3. Konselor memberikan contoh pemikiran dan perilaku yang hendak dilakukan konseli</li> <li>4. Konselor meminta konseli untuk menunjukkan salah satu perilaku yang akan dilakukan setelah konseling ini berakhir</li> <li>5. Konselor dan konseli bersama-sama merumuskan kalimat rasional sebagai wicara diri untuk memantapkan perubahan pemikiran dengan mengatakan dan memerintahkan kepada diri sendiri untuk berfikir rasional dan berperilaku adaptif</li> </ol>

	e. Tahap pengakhiran		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor memberitahukan kepada konseli bahwa konseling akan segera berakhir</li> <li>2. Konselor menanyakan perasaan dan emosi yang dialami konseli setelah proses konseling</li> <li>3. Konselor meminta konseli untuk memberikan kesan dan pesan</li> <li>4. konselor mengadakan tindak lanjut yaitu, pertemuan lanjutan di 1 minggu ke depan</li> </ol>
11.	Evaluasi		
	a. Evaluasi proses	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menilai kesungguhan konseli dalam proses konseling dengan teknik observasi dan evaluasi diri</li> <li>2. Konseling berhasil jika tingkat kesungguhan konseli dalam keterlibatan proses konseling yang ditandai dengan respon verbal dan non verbal, dan laporan diri konseli bahwa ia senang terlibat dalam proses konseling untuk mengatasi permasalahan yang dialami konseli berkaitan penyesuaian diri dengan teman sebaya</li> </ol>
	b. Evaluasi hasil	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konselor menilai kemampuan konseli dalam melakukan pembicaraan keakraban dengan teknik observasi dan evaluasi-diri konseli</li> <li>2. Tujuan tercapai jika konseli dapat menetapkan topik penyesuaian diri dengan teman sebaya dengan suasana yang terjadi, berbincang santai dengan</li> </ol>

			<p>tenang dan lancar.</p> <p>3. Melakukan pengamatan secara berkala terhadap perubahan sikap konseli berkaitan dengan penyesuaian diri dengan teman sebaya melalui observasi dan komunikasi baik langsung maupun melalui aplikasi Whastapp</p>
	c. Tindak lanjut konseling	:	<p>1. Konselor merencanakan tindak lanjut berupa konseling individu lanjutan pada 1 minggu ke depan</p>

Lampiran:

1. Evaluasi Proses (diisi oleh konselor)
2. Angket kepuasan konseli ( diisi oleh konseli)
3. Evaluasi Hasil (diisi oleh Konseli)

Guru Pamong

Asih Nuryani, S.Pd

Salatiga, Mei 2021

Praktikan

Lailie Luthfiatie Z, S.Pd

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing

Dra. Yari, Dwikurnaningsih, M.Pd

**Lampiran 1. Instrumen Evaluasi Proses (diisi oleh konselor)**

**PENILAIAN PROSES**

Hari/tanggal : .....

Nama konseli : .....

Masalah konseli : .....

Petunjuk:

Lembaran ini diisi oleh konselor untuk menilai aspek afektif dan psikomotor konseli dalam mengikuti layanan konseling individu . Berilah tanda cek (√) pada kolom skor sesuai sikap yang ditampilkan oleh konseli dengan kriteria sebagai berikut :

- 5 : Baik sekali, apabila Selalu melakukan sesuai pernyataan.
- 4 : Baik, apabila sering melakukan ssesuai pernyataan
- 3 : Cukup, apabila kadang-kadang melakukan sesuai pernyataan
- 2 : Kurang, apabila sesekali melakukan dan sering tidak melakukan sesua pernyataan.
- 1 : Sangat kurang, apabila tidak pernah melakukan sesuaipernyataan

No	Aspek Pengamatan	Skor					Skor
		1	2	3	4	5	
1	Konseli terlihat antusias dalam mengikuti setiap tahap selama konseling individu berlangsung.						
2	Konseli suka rela mengungkapkan masalah dan menyampaikan pendapatnya.						
3	Konseli mampu terlibat aktif dan menjalankan konseling individu dengan terbuka dan suka rela						
4	Konseli mampu mengubah pemikiran irasional menjadi pemikiran rasional berkaitan dengan penyesuaian diri dengan teman sebaya						

No	Aspek Pengamatan	Skor					Skor
		1	2	3	4	5	
5.	konseli mampu membuat keputusan untuk membentuk perilaku baru yang lebih baik						
6.	Pendekatan dan teknik yang digunakan tepat bagi konseli						
<b>Jumlah Skor</b>							

**Kategori:**

NILAI	KATEGORI	KLASIFIKASI SKOR
5	Sangat baik	26-30
4	Baik	21-25
3	Cukup	16-20
2	Kurang	11-15
1	Sangat kurang	6-10

**Lampiran 2 : Angket kepuasan konseli ( diisi oleh konseli)**

**ANGKET KEPUASAN KONSELI  
TERHADAP PROSES KONSELING INDIVIDUAL**

Identitas :  
Nama Konseli :  
Nama Konselor :

Petunjuk:

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Aspek Yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor terhadap kehadiran konseli			
2.	pelayanan konselor dalam membantu pemecahan masalah yang di alami konseli			
3.	Kepercayaan konseli terhadap konselor dalam proses konseling			
4.	Upaya konselor dalam membantu konseli menyelesaikan masalah			

Keterangan :  
Dokumen ini bersifat rahasia

Salatiga, Mei 2021  
Konseli,

.....

**Lampiran 3 : Evaluasi Hasil ( di isi oleh konseli )**

**INSTRUMEN EVALUASI HASIL  
LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL**

Nama Siswa :.....

Kelas : .....

Masalah : .....

Pernyataan di bawah ini berisi tentang hasil yang anda peroleh setelah mengikuti layanan konseling individu. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan tersebut. Berikan jawaban dengan cara memberi tanda cek (√) pada salah satu jawaban yang paling sesuai,

SS : Sangat Sesuai (5)

KS : Kurang Sesuai (2)

S : Sesuai (4)

STS : Sangat Tidak Sesuai (1)

CS : Cukup Sesuai (3)

Jawaban Anda, tidak menuntut jawaban benar dan salah. Jawablah semua pernyataan secara sungguh-sungguh dan jujur sesuai diri anda. Hasil dari instrument ini tidak mempengaruhi nilai pelajaran anda di sekolah, namun bermanfaat sebagai pertimbangan pemberian layanan berikutnya. Atas bantuan dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Aspek/ Pernyataan		Skor				
		SS	S	CS	KS	STS
<b>Pemahaman Baru</b>						
1	Saya mendapatkan pemahaman baru mengenai kelebihan dan kelemahan yang saya miliki berkaitan dengan penyesuaian diri dengan teman sebaya					
2	Saya mendapatkan pemahaman baru mengenai latarbelakangan yang mendasari permasalahan penyesuaian diri dengan teman sebaya					
3	Saya dapat mengutarakan masalah yang saya alami secara suka rela dan terbuka					

4	Saya mampu mengubah pemikiran irasional menjadi rasional berkaitan penyesuaian diri dengan teman sebaya					
5	Saya mendapatkan pemahaman tentang cara merekonstruksi pola pikir saya					
<b>Perasaan Positif</b>						
6	Saya merasa senang karena dalam kegiatan konseling individu saya diterima dengan baik oleh konselor					
7	Saya merasa dihargai dalam pelaksanaan layanan konseling individu					
8	Saya merasa puas mengikuti layanan konseling individu ini karena dilakukan dengan cara yang menyenangkan.					
9	Saya senang karena mendapatkan solusi dari permasalahan yang saya alami. Hal ini bermanfaat bagi kehidupan saya saat ini dan yang akan datang.					
10	Saya merasa lega karena merasa terbantu oleh layanan konseling individu ini					
<b>Rencana Kegiatan Setelah Layanan</b>						
11	Saya akan merekonstruksi cara berfikir saya yang saya dapat dari layanan konseling individu ini sebagai dasar untuk bertindak dan berperilaku.					
12	Saya akan melaksanakan hal-hal positif terkait solusi permasalahan yang telah saya dapatkan dari konseling individu ini					
13	Saya mengembangkan potensi yang saya miliki setelah mengikuti kegiatan konseling individu ini					
14	Saya menentukan keputusan terbaik terhadap suatu sikap setelah mengikuti layanan konseling individu ini					

<b>Jumlah Skor</b>					
--------------------	--	--	--	--	--

**Kriteria Penentuan Skor**

$$\text{Skor Total} = \frac{\text{jumlah skor}}{70} \times 100 = \dots\dots\dots$$

**Kriteria Hasil**

Rentangan	Kategori
74 – 100	Sangat Baik
68 – 73	Baik
52 – 67	Cukup Baik
36 – 51	Kurang Baik
20 – 35	Sangat Kurang Baik

Salatiga, .....

Konseli yang Mengisi,

.....