

Nama : NURHADI, S.Pd  
Prodi PPG : BK

PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SMA NEGERI 1 NGAWEN  
Jalan Raya Blora-Purwodadi Km. 17 Telp. (0296) 361075 Ngawen  
E-mail: [smangawen@yahoo.co.id](mailto:smangawen@yahoo.co.id) Website: [sma1ngawen.sch.id](http://sma1ngawen.sch.id)

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN  
KONSELING INDIVIDUAL  
SEMESTER... (GANJIL/GENAP) TAHUN PELAJARAN 2020 / 2021.**

1. Nama Konseli : MP2 (inisial/disamarkan)
2. Kelas/Semester : X MIPA 5.
3. Hari, Tanggal : Kamis, 17 September 2020.
4. Pertemuan ke- : I (pertama )
5. Waktu : 45 menit (ditulis berapa menit waktu yang dipergunakan)
6. Tempat : Teams (menu meet pada Office 365 (ditulis lokasi pelaksanaannya)
7. Gejala yang nampak/keluhan :
  - Berdasarkan informasi dari orangtua peserta didik yang datang ke sekolah atas inisiatif sendiri
  - Berdasarkan informasi dari wali kelas, pada pembelajaran daring sering tidak ikut
  - Konseli terlihat sering menghindari dan menjauhi teman-temannya
  - Konseli sering berkumpul – kumpul dengan komunitas anak-anak jalanan dan anak-anak vespa.
  - Konseli sering menghilang dari rumah tanpa pamit orang tuanya, mau pergi kemana
  - Konseli sering memakai seragam kaos dan celana warna hitam dan rambut dicat.
8. **Rencana pendekatan dan teknik yang digunakan:**

*Pendekatan Rational Emotive Behavior Teraphy*

**Langkah-langkah Kegiatan.**

  1. Menerima dan mengembangkan hubungan baik dengan konseli: Menerima, menyapa dan mempersilahkan, join di web meet pada Teams (Office 365) dan menanyakan apa kabarnya.
  2. Menggali permasalahan/ keluhan/ problem konseli sampai bisa ditemukan A, B, dan C nya (tanya

apa masalahnya, mengapa, apa saja, dst.)

- A (Activating Event) : Konseli sering tidak mengikuti pembelajaran daring
- B (Believe) : Konseli menganggap bahwa teman-teman adalah penyebab dia tidak bisa mengikuti pembelajaran daring.

- C (Emotional Consequences): Konseli marah, malas dan benci dengan orang tua, teman-teman di sekolah. Dia merasa bebas ketika berkumpul dengan sesama teman komunitasnya. Sehingga Konseli merasa malas sekali untuk mengikuti pembelajaran daring. Padahal dari segi ekonomi tergolong ortunya boleh dibilang sangat mampu untuk memenuhi kebutuhan sekolah anaknya. Termasuk memberikan HP bagus dan jatah kuota internet.

3. **Disputing (Detecting irrational beliefs):** Mengenali/ mendeteksi pikiran-pikiran irrasional konseli yang muncul terkait dengan tanggapannya terhadap A: ungkap apa saja dengan pertanyaan "mengapa". Sebutkan masing-masing!

- **Mengapa Anda senang berkumpul – kumpul dengan anak – anak jalanan dan anak vespa?**
- **Mengapa Anda tidak berani meninggalkan komunitas tersebut ?**

4. **Discriminating Irrational Beliefs:** Menggali pikiran-pikiran konseli yang rasional yang bisa membantu/ mengatasi/ menyelesaikan permasalahan: apa saja yang bisa untuk menyangkal pikiran-pikiran irrasional konseli: Sebutkan semua dan cara mengungkapnya!

- a. Konselor bertanya kepada konseli tentang pengalamannya ketika mengikuti ngumpul dengan komunitas tersebut. "Apakah benar teman-teman komunitasmu memaksa mbak untuk mengikuti kegiatannya?"
- b. Konselor bertanya kepada konseli tentang kemampuan dirinya dalam bergaul dengan komunitas tersebut. "Sekarang, coba Anda jawab dengan sejujur-jujurnya, apakah selama ini Anda sudah benar-benar ingin meninggalkan dan tidak lagi berhubungan dengan komunitas anjal dan anak vespa dan tidak akan lagi mengikuti kegiatannya? Jika Ya/ Tidak, berikanlah penjelasan Anda mengapa Anda memberikan jawaban demikian.

5. **Debating Irrational Beliefs:** Menyangkal/ membantah pikiran-pikiran irrasional konseli dengan pikiran-pikiran konseli yang rasional: sebutkan pikiran irrasionalnya dan rasionalnya!

Mengajak konseli beradu argumen.

- Konselor menyebutkan pernyataan konseli ketika ia menyatakan bahwa temannya tidak pernah memaksa untuk mengikuti kegiatan.
- Kemudian membandingkan dengan pemikiran konseli bahwa ia mengikuti teman-teman komunitasnya karena menganggap mereka penyebab sering tidak mengikuti pembelajaran

daring. “Anda tadi menyatakan bahwa teman-teman tidak pernah memaksa anda untuk mengikuti kegiatan, bahkan mereka selalu mendukung Anda. Bukankah hal tersebut dapat disimpulkan bahwa kamusering tidak mengikuti pembelajaran daring tidak disebabkan oleh teman-teman komunitas kamu?”

6. Meminta konseli mengganti/ mengubah pikiran-pikiran konseli yang irrasional dengan pikiran-pikiran konseli yang rasional: sama dengan nomor 5.

Mengembangkan filosofi hidup yang rasional dan realistik: Menugasi konseli untuk itu dan beri contoh-contohnya.

Ngawen, 17 September 2020

Guru BK/ Konselor

.Nurhadi, S.Pd .

Keterangan:

*Dokumen ini bersifat rahasia*