



MUHAMMADIYAH MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

## **SMP MUHAMMADIYAH 1 MINGGIR**

Status : Terakreditasi A

Gedongan, Sendangarum, Minggir, Telp (0274) 6497001

Website : [smpmuh1minggir.sch.id](http://smpmuh1minggir.sch.id) email: [muh.gedongan@gmail.com](mailto:muh.gedongan@gmail.com)

---

### **RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN**

#### **KONSELING INDIVIDUAL**

#### **SEMESTER GENAP TAHUN AJARAN 2020/ 2021**

1. Nama Konseli (Disamarkan) : ASP
2. Kelas : VII A
3. Hari, tanggal : Sabtu, 19 Juni 2021
4. Pertemuan ke- : 1 (satu)
5. Waktu : 80 menit
6. Tempat : Ruang BK
7. Gejala yang nampak : Kecanduan game online
8. Langkah-langkah Kegiatan Layanan

#### **Tahap Awal/Pendahuluan**

- ✓ Membuka dengan salam
- ✓ Mengucapkan selamat datang dan menanyakan kabar
- ✓ Menyambut dengan sikap menyenangkan
- ✓ Menjelaskan tujuan, manfaat dan asas-asas kegiatan konseling
- ✓ Menjelaskan langkah-langkah konseling

#### **Tahap Transisi**

- ✓ Menanyakan dan memastikan kesiapan konseli

#### **Tahap Inti**

- ✓ Membangun kepercayaan kepada konseli
- ✓ Mempersilahkan konseli mengemukakan tentang hambatan/masalah yang sedang dirasakan dan dihadapi

- ✓ Melakukan diskusi tentang hambatan yang disampaikan konseli
- ✓ Memberikan balikan kepada konseli
- ✓ Mengajak konseli bersama-sama membuat kesimpulan

### **Tahap Penutup**

- ✓ Memberikan apresiasi atas partisipasi konseli mau mengikuti konseling
- ✓ Mengakhiri kegiatan dengan doa dan ditutup dengan salam

Minggir, 19 Juni 2021

Guru BK

Nuriyati, S. Pd



MUHAMMADIYAH MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

## **SMP MUHAMMADIYAH 1 MINGGIR**

Status : Terakreditasi A

Gedongan, Sendangarum, Minggir, Telp (0274) 6497001

Website : [smpmuh1minggir.sch.id](http://smpmuh1minggir.sch.id) email: [muh.gedongan@gmail.com](mailto:muh.gedongan@gmail.com)

---

### **LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN**

#### **KONSELING INDIVIDUAL**

#### **SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2020/ 2021**

##### **A. Identitas Konseli (disamarkan)**

Nama : ASP  
Umur : 13 tahun  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Etnis : Jawa

##### **B. Deskripsi Masalah yang dikeluhkan**

ASP merupakan siswa kelas VII. ASP adalah anak tunggal. Orangtuanya bekerja sebagai buruh yang bekerja dari pagi sampai sore hari. Ketika orangtuanya bekerja ASP menghabiskan waktu dirumah neneknya yang tidak jauh dari rumahnya. Sejak kelas 5 SD ASP sudah memiliki HP yang diberi orangtuanya. Awalnya ASP diberi HP orangtuanya untuk komunikasi ketika orangtuanya bekerja. Namun karena terpengaruh oleh teman-temannya, maka ASP kerap menggunakan HP untuk bermain game online. Awalnya ASP bermain game online ketika pulang sekolah saja dan waktunya juga hanya sebentar. Tetapi semakin hari ASP semakin kerap bermain game online dan menjadi ketagihan. Keadaan semakin parah ketika ASP duduk dibangku Sekolah Menengah Pertama (SMP). Apalagi selama masuk di SMP pembelajaran hanya dilakukan melalui daring sehingga ASP dapat lebih memiliki waktu untuk bermain game online melalui HP nya. Semakin hari kebiasaan ASP semakin membuat orangtuanya kesal dengan kebiasaannya. Karena gara-gara terlalu banyak bermain game online tugas-tugas daring

yang diberikan oleh guru sering tidak dikerjakan oleh ASP. Ketika mengikuti ujian ASP juga sering terlambat untuk mengerjakannya. Setiap malam ASP juga tidur larut malam karena bermain game online. Oleh karena itu orangtua ASP meminta guru BK untuk membantu mengatasi permasalahan anaknya.

### **C. Pendekatan yang digunakan**

Pendekatan yang dipilih menggunakan Pendekatan Rational Emotif Behavioral Therapy atau yang biasa disingkat pendekatan REBT. REBT dicetuskan oleh Albert Ellis. Pada tahun 1950 pendekatan ini bernama Rational Emotif dan kemudian pada tahun 1961 berkembang dan berubah nama menjadi Rational Emotif Therapy. Dan yang terakhir Albert Ellis mengembangkan dan merubah namanya menjadi Rational Emotif Behavior Therapy pada tahun 1993.

Pada pendekatan ini pandangan tentang manusia lebih menekankan pada tentang berpikir, perasaan dan tingkah laku manusia yang irasional menjadi rasional. Pendekatan ini bertujuan membuat seseorang merubah pikiran, perasaan dan tingkah laku yang irasional menjadi rasional sehingga tercapai tujuan hidup yang fundamental. Tujuan tersebut yaitu agar bisa bertahan hidup, bebas dari kesakitan dan mencapai kepuasan hidup

### **D. Diagnosis**

1. Perilaku bermain game online yang berlebihan
2. Tidak bisa mengendalikan diri dalam bermain game online

### **E. Prognosis**

Langkah-langkah yang dilakukan antara konselor dan konseli dalam proses konseling dengan pendekatan person centered:

1. Konselor membangun kondisi fasilitatif dan kolaboratif
2. Konseli menyampaikan masalah yang dialami kepada konselor
3. Konselor menanyakan kepada konseli hal apa yang ingin dicapai oleh konseli
4. Konselor menanyakan tindakan apa saja yang pernah konseli lakukan untuk mencapai tujuan tersebut
5. Konselor bersama konseli menentukan tindakan yang efektif untuk mencapai tujuan

6. Konselor membangun konsistensi konseli untuk melakukan tindakan yang efektif guna pencapaian tujuan yang optimal

#### **F. Tujuan Konseling**

Konseli mampu membangun komitmen diri untuk mengurangi aktifitas bermain game online dan mampu menyusun kebiasaan baru yang lebih positif dan bermanfaat bagi dirinya dan orang lain.

#### **G. Rencana Layanan Konseling**

Pendekatan yang digunakan Pada pendekatan REBT pandangan tentang manusia lebih menekankan pada tentang berpikir, perasaan dan tingkah laku manusia yang irasional menjadi rasional. Pendekatan ini bertujuan membuat seseorang merubah pikiran, perasaan dan tingkah laku yang irasional menjadi rasional sehingga tercapai tujuan hidup yang fundamental. Tujuan tersebut yaitu agar bisa bertahan hidup, bebas dari kesakitan dan mencapai kepuasan hidup.

Teknik Teknik- teknik konseling tersebut adalah :

- a. Teknik kognitif, maksudnya adalah merubah pola pikir konseli yang irasional menjadi rasional
- b. Teknik imageri, maksudnya menekan irasional konseli dan menumbuhkan rasional melalui imajinasi konseli
- c. Teknik behavioral, maksudnya peruhan tingkah laku konseli sesuai dengan pikiran rasional yang ditimbulkan

Adapun tahap-tahap konseling dalam pendekatan REBT adalah sebagai berikut:

- a. Tahap 1 : Proses penyadaran konseli tentang pemikiran irasional
- b. Tahap 2 : proses disbut atau penekanan pemikiran irasional
- c. Tahap 3 : implementasi teknik-teknik konseling

Minggir, 19 Juni 2021

Guru BK

Nuriyati, S. Pd

