



KONSELING INDIVIDU

Disusun dalam rangka memenuhi tugas Penyusunan Dokumen Rancangan Pembelajaran pada Pendidikan Profesi Guru dalam Jabatan Bidang Guru BK Angkatan I Tahun 2021

Disusun oleh
LUJIANTO, S.Pd.
KELAS BK / UKG 201502978470

Pendidikan Profesi Guru
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Veteran Bangun Nusantara
2021



**YAYASAN PEMBINA LEMBAGA PENDIDIKAN DASAR MENENGAH
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA JAWA TENGAH
(YPLP DM PGRI JT) CABANG BLORA
SMP PGRI TODANAN
TERAKREDITASI A**

Alamat: Jl. Raya Todanan No. 12, Telp. (0296) 4319607
E-mail: smppgritdn@gmail.com

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDUAL**

1. Nama Konseli : OVA
2. Kelas/Semester : VIII/ Semester Gasal
3. Hari/Tanggal : Jum'at, 25 Juni 2021
4. Pertemuan ke : I
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : Ruang BK / Sekolah
7. Deskripsi Masalah :
 - a. Gejala:

Menurut hasil pengamatan dan informasi dari Bapak/Ibu Guru dan wali murid, konseli menunjukkan sikap kurang baik dan sering menunda-nunda mengerjakan tugas, baik tugas sekolah (daring maupun luring) maupun tugas-tugas dari orangtua.
 - b. Penyebab:
 - 1) Peserta didik keasyikan waktunya bermain hp: medsos dan game
 - 2) Perhatian orang tua yang kurang
 - c. Akar masalah
 - 1) Kurangnya sikap tanggung jawab pada diri peserta didik
 - 2) Kejenuhan dalam mengikuti pembelajaran daring
8. Tujuan Konseling:
 - a. Tujuan Umum

Melalui konseling individu peserta didik mampu menciptakan prioritas diri untuk mengurangi kebiasaan menunda-nunda/ prokrastinasi.
 - b. Tujuan Khusus
 - 1) Peserta didik dapat mengubah perilaku menunda-nunda/ prokrastinasi
 - 2) Peserta didik mampu membentuk perilaku bertanggungjawab
9. Pendekatan/ Teknik :

Guru BK menggunakan pendekatan realita dengan tahapan WDEP (*Want, Doing, Evaluation and Planning*) dan kontrak perilaku

10. Prosedur Konseling

No	Langkah-langkah konseling pendekatan realita
1.	<p>Prakonseling</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Kesiapan Konselor (fisik, psikis) b. Penyiapan instrument c. Data awal tentang konseli
2.	<p>Opening</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Penyambutan konseli (salam , menyambut dengan senyuman) b. Penciptaan hubungan baik (seperti menanyakan kabar , kesibukan yang sedang dilakukan) c. Transisi pembicaraan
3.	<p>Inti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tahap pertama : Konselor Menunjukkan Keterlibatan dengan Konseli (<i>Be Friend</i>) Pada tahap ini, konselor mengawali pertemuan dengan bersikap otentik, hangat, dan menaruh perhatian pada hubungan yang sedang di bangun, konselor harus dapat melibatkan diri pada konseli dengan memperlibatkan sikap hangat dan ramah, menunjukkan keterlibatan dengan konseli dapat ditunjukkan dengan perilaku <i>attending</i> serta menunjukkan sikap bersahabat. 2. Tahap kedua : Fokus pada Perilaku Sekarang Setelah konseli dapat melibatkan diri kepada konselor, maka konselor menanyakan pada konseli apa yang akan dilakukannya sekarang. Tahap kedua ini merupakan eksplorasi diri bagi konseli. Konseli mengungkapkan ketidaknyamanan yang ia rasakan dalam menghadapi permasalahannya. Lalu konselor meminta konseli mendeskripsikan hal-hal apa saja yang telah dilakukan dalam menghadapi kondisi tersebut, dalam tahap ini adanya keinginan (<i>Want</i>) yang disampaikan konseli. Sedangkan konselor melakukan konfrontasi atas kesenjangan antara keinginan dan tindakan konseli. 3. Tahap ketiga : Mengeksplorasi Total Behavior Konseli Menanyakan apa yang dilakukan konseli (<i>doing</i>), yaitu konselor menanyakan secara spesifik apa saja yang dilakukan konseli; cara pandang dalam Konseling Realita; akar permasalahan konseli bersumber pada perilakunya (<i>doing</i>), bukan pada perasaannya. Konselor dapat menolak dalih tindakan maladatif konseli. 2. Tahap keempat: Konseli Menilai Diri Sendiri atau Melakukan Evaluasi Memasuki tahap keempat, konselor menanyakan kepada konseli apakah pilihan perilakunya tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi membimbing konseli untuk menilai perilakunya saat ini. Beri kesempatan kepada konseli untuk mengevaluasi (<i>Evaluating</i>), apakah ia cukup terbantu dengan pilihannya tersebut. Konseling dapat mendorong konseli membayangkan hal yang buruk jika berhenti dan memilih bekerja, dan di ajak melihat jauh ke depan. 3. Tahap kelima: Merencanakan Tindakan yang Bertanggung jawab Tahap ketika konseli mulai menyadari bahwa perilakunya tidak meyelesaikan masalah, dan tidak cukup menolong keadaan dirinya, dilanjutkan dengan membuat perencanaan (<i>Planning</i>) tindakan yang lebih bertanggung jawab. Rencana yang disusun sifatnya spesifik dan konkret. 4. Tahap keenam: Membuat komitmen (kontrak perilaku) Konselor mendorong konseli untuk merealisasikan rencana yang telah disusunnya bersama konselor sesuai dengan jangka waktu yang ditetapkan. Melalui link: http://bit.ly/Kontrak-KI-Lujianto

	<p>5. Tahap ketujuh: Tidak Menerima Permintaan Maaf atau Alasan Konseli Konseli akan bertemu kembali dengan konselor pada batas waktu yang telah disepakati bersama. Pada tahap ini konselor menanyakan perkembangan perubahan perilaku konseli. Apabila konseli tidak atau belum berhasil melakukan apa yang telah direncanakannya, permintaan maaf konseli atas kegagalannya tidak untuk dipenuhi konselor. Sebaliknya, konselor mengajak konseli untuk melihat kembali rencana tersebut dan mengevaluasinya mengapa konseli tidak berhasil. Konselor selanjutnya membantu konseli merencanakan kembali hal-hal yang belum berhasil ia lakukan</p> <p>6. Tahap kedelapan: Tindak lanjut Merupakan tahap terakhir dalam konseling. Konselor dan konseli mengevaluasi perkembangan yang dicapai, konseling dapat berakhir atau dilanjutkan jika tujuan yang telah ditetapkan belum tercapai</p>
--	---

7. Evaluasi

a. Evaluasi proses

Menyimak proses jalannya layanan tentang sikap dan keaktifan konseli

b. Evaluasi hasil

Evaluasi dari hasil layanan ini akan dilakukan dengan melihat kebermanfaatan yang diperoleh konseli setelah memperoleh layanan melalui link: http://bit.ly/Evaluasi_KIndividu_Lujianto. Serta mengisi lembar kepuasan konseli di link http://bit.ly/KepuasanKonseli_KI_Lujianto

Mengetahui
Kepala SMP PGRI Todanan

Blora, 2021

Guru BK

Sri Jaya Setyowati, S.Pd

Lujianto, S.Pd

**INSTRUMEN EVALUASI PROSES
LAYANAN KONSELING INDIVIDU**

Identitas :
 Nama Konseli :
 Kelas :
 Masalah yang dialami :

Petunjuk :

Beri tanda centang (√) pada kolom skor sesuai dengan hasil penilaian Anda.

No.	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
1.	Sikap terbuka dalam pengutarakan masalah yang dihadapi					
2.	Kesadaran diri yang sedang dalam masalah					
3.	Perhatian terhadap Konselor disat berjalannya proses konseling					
4.	Sikap berani untuk mengungkapkan masalah yang sedang dihadapi					
5.	Keterlibatan dalam mendapatkan alternatif jalan keluar/solusi dalam pemecahan masalah					
	Jumlah					

Skor Minimal yang dicapai $1 \times 5 = 5$

Skor maksimal yang dicapai $5 \times 5 = 25$

Kriteria skor yang akan di capai Konseli adalah :

- Skor 5 : bila dilakukan dengan sangat baik
- Skor 4 : bila dilakukan dengan baik
- Skor 3 : bila dilakukan dengan cukup baik
- Skor 2 : bila dilakukan dengan kurang baik
- Skor 1 : bila dilakukan dengan sangat kurang baik

Kategori :

- Sangat Baik : 21 – 25
- Baik : 17 – 20
- Cukup Baik : 13 – 16
- Kurang Baik : 9 - 12
- Sangat Kurang Baik : 5 - 8

**LEMBAR EVALUASI HASIL
KONSELING INDIVIDUAL**

Melalui link: http://bit.ly/Evaluasi_KIndividu_Lujianto

Identitas Konseli

Nama :

Kelas :

Petunjuk :

1. Bacalah pernyataan di bawah ini dan berilah tanda centang (√) pada kolom skor sesuai dengan apa yang terjadi dalam kegiatan konseling individu yang dilakukan!

2. Keterangan Butir Skor :
 - 5 = Sangat Sesuai
 - 4 = Sesuai
 - 3 = Cukup Sesuai
 - 2 = Kurang Sesuai
 - 1 = Sangat Kurang Sesuai

NO	ASPEK PERNYATAAN	SKOR				
		1	2	3	4	5
Pemahaman Baru						
1	Saya mendapatkan pemahaman baru setelah mendapatkan layanan konseling individual					
2	Saya bisa memahami akan pola pikir saya dan perilaku saya setelah mendapatkan layanan ini					
3	Saya menyikapi dengan baik setiap langkah-langkah layanan ini					
4	Saya mendapatkan pemahaman dan bisa membentuk pola pikir yang baru setelah mengikuti kegiatan layanan ini					
5	Saya dapat melakukan perubahan perilaku baru sesuai dengan layanan yang diberikan.					
Perasaan Positif						
6	Saya merasa yakin konselor dapat membantu saya					
7	Saya merasa senang dan merasa termotivasi dalam mengikuti layanan ini.					
8	Saya merasa nyaman dalam mengikuti layanan ini.					

9	Saya merasa yakin bisa membentuk pola pikir baru yang positif setelah mendapatkan layanan ini					
10	Saya merasa lega karena bisa memahami untuk berperilaku baru yang positif setelah mendapatkan layanan ini					
Rencana Kegiatan Yang Akan Dilakukan Setelah Mengikuti Layanan						
11	Saya akan berupaya untuk menerapkan pemahaman baru yang saya dapatkan dari layanan ini					
12	Saya akan memotivasi diri saya sendiri untuk selalu berfikir positif dan berperilaku baru yang positif setelah mendapatkan layanan ini					
13	Saya akan bertindak dan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang saya dapat dalam layanan ini					
14	Saya bisa merencanakan dan menentukan keputusan yang baik dan positif setelah mendapatkan pemahaman baru dari layanan ini					
Jumlah Skor						

Keterangan

Skor terendah = $1 \times 14 = 14$, skor tertinggi = $5 \times 14 = 70$

Kategori

Sangat Sesuai	= 60 - 70
Sesuai	= 49 - 59
Cukup Sesuai	= 37 - 48
Kurang Sesuai	= 25 - 36
Sangat Kurang Sesuai	= 14 - 24

**KEPUASAN KONSELI TERHADAP PROSES
KONSELING INDIVIDUAL**

Melalui link: http://bit.ly/KepuasanKonseli_KI_Lujianto

Identitas :
Nama Konseli :
Nama Konselor :

Petunjuk :

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

No	Aspek yang di nilai	Sangat memuaskan	Memuaskan	Kurang memuaskan
1	Penerimaan guru bimbingan dan konseling atau konselor terhadap kehadiran Anda			
2	Kemudahan guru bimbingan dan konseling atau konselor untuk diajak curhat			
3	Kepercayaan Anda terhadap guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam layanan konseling			
4	Pelayanan pemecahan masalah tercapai melalui konseling individual			
5	Hasil pemecahan masalah yang dihasilkan melalui konseling individual			

Keterangan:

Skor terendah = $1 \times 20 = 20$

Skor tertinggi = $5 \times 20 = 100$

Kategori:

Sangat memuaskan = 80-100

Memuaskan = 60-79

Kurang memuaskan = 20-59

Blora, Juli 2021

Konseli Peserta Didik

.....

KONTRAK PERILAKU

Bersekolah Kembali

Melalui link: <http://bit.ly/Kontrak-KI-Lujianto>

Saya,..... pada hari tanggal menyatakan bahwa saya **berkomitmen** untuk berupaya menyelesaikan permasalahan saya dengan melakukan rencana kegiatan berupa:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Yang membuat pernyataan

Konselor

Usaha saya anggap berhasil jika:

- 1.
- 2.
- 3.

Bila telah berhasil, maka saya akan mendapatkan atau merasa

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

Bila belum berhasil, dikarenakan hal apa?

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

Kontrak ini akan berakhir 1 bulan setelah di tandatangi.

Yang membuat pernyataan

Konselor

.....

.....