

LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

SMK NEGERI 1 KALASAN

Dosen Pembimbing Lapangan

Praktik Pengalaman Lapangan (DPL-PPL)

Dr Budi Astuti, M.Si



Disusun Oleh :

Duha Agusta

11104241017

JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2014



Universitas Negeri Yogyakarta

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN : 2014

F01
Untuk Mahasiswa

NOMOR LOKASI :
NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMK NEGERI 1 KALASAN
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA :

No.	Program/Kegiatan PPL	Jumlah Jam per Minggu											Jml Jam	
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI		
1	Pendampingan Penerimaan Peserta Didik Baru													
	a. Koordinasi dengan pihak sekolah	6												6
	b. Pelaksanaan	30												30
	c. Evaluasi & Rekap Data	6												6
2	Pendampingan Pra-MOS & MOS Peserta Didik Baru													
	a. Persiapan & Koordinasi	3	2											5
	b. Pelaksanaan		7	7										14
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut			2										2
3	Pemberian Pendidikan Karakter													
	a. Persiapan Materi Pendidikan Karakter		4											4
	b. Pelaksanaan		14											14
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut		4											4
4	Persiapan Pembelajaran													
	a. Konsultasi Jam Mengajar							4						4
	b. Pembuatan Satuan Layanan							12						12
	c. Pembuatan Media Pembelajaran							8						8
	d. Konsultasi Materi Pembelajaran							12						12
5	Praktik Pembelajaran di Kelas													
	a. Persiapan							2	2	2	2	2	2	10
	b. Pelaksanaan							6	6	5	6	6	29	
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut							1	1	1	1	1	5	
6	Praktik Konseling Individu dan Kelompok													
	a. Persiapan							2	2	2	2	2	10	
	b. Pelaksanaan							3	4	1	6	2	16	
	c. Evaluasi & Tindak Lanjut							1	1	1	1	1	5	
6	Entri Data JPPD dan Kartu Cerdas Siswa							4	4	7			15	
7	Piket Harian							3	3	3	3	3	15	
8	Pembuatan Laporan							2	2	3	4	6	17	
	Jumlah Jam												243	

LIBUR HARI RAYA IDUL FITRI



Kepala Sekolah
SMK NEGERI 1 KALASAN

Drs. MOHAMMAD EFENDI MM
NIP. 19620704 199003 1 006

Mengetahui/Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Dr. BUDI ASTUTI, M.Si
NIP. 19770808 200604 2 002

Yang Membuat,

DUFIA AGUSTA
NIM. 111104241017

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertandatangan di bawah ini, kami pembimbing PPL di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta, menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini:

Nama : Duha Agusta
NIM : 11104241017
Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Program Studi : Bimbingan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Telah melaksanakan PPL di SMK Negeri 1 Kalasan, dari tanggal 1 Juli sampai dengan 17 September 2014. Hasil dari seluruh kegiatan tersebut tercakup dalam naskah program laporan ini.

Yogyakarta, 17 September 2014

Mengesahkan,

Dosen Pembimbing Lapangan :

Guru Pembimbing

Dr Budi Astuti M.Si

Drs. Heri Prayitno

NIP. 19770808 200604 2 002

NIP. 19650616 200501 1 002

Mengesahkan,

Kepala Sekolah
SMK Negeri 1 Kalasan

Koordinator KKN-PPL
SMK Negeri 1 Kalasan



Dr. Mohammad Efendi, M.M

NIP. 19620704 199003 1 006

Yusuf Supriyanto, S.Pd

NIP. 19710320 199512 1 003

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Negeri 1 Kalasan dengan baik dan lancar hingga tersusunnya laporan ini.

Laporan ini disusun sebagai tugas akhir pelaksanaan Program PPL yang merupakan deskripsi dari hasil pengamatan (observasi), pelaksanaan kegiatan dan pengalaman selama melaksanakan PPL.

Penulis menyadari bahwa tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, pelaksanaan kegiatan PPL sampai penulisan laporan ini tidak mungkin dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat.

1. Ayah dan Mamaku tercinta yang telah membantu dan memberikan dukungan moril dan materiil selama kegiatan berlangsung.
2. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin pelaksanaan PPL 2014.
3. Unit Program Pelaksana Lapangan (UPPL) Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) UNY yang telah menyelenggarakan program PPL.
4. Bapak Drs. Damascus Heri Purnomo, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan motivasi kepada kami.
5. Ibu Dr. Budi Astuti, M.Si selaku Dosen Pembimbing PPL dan dosen pengajaran mikro yang telah memberikan bimbingan, motivasi, saran dan kritik demi kesuksesan pelaksanaan kegiatan PPL.
6. Bapak Drs. Moh Efendi, M.M selaku Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Kalasan yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan PPL di SMK Negeri 1 Kalasan.
7. Bapak Yusuf Supriyanto, S.Pd selaku koordinator PPL SMK Negeri 1 Kalasan.
8. BAPAK Drs. Heri Prayitno selaku guru pembimbing BK yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan motivasi.
9. Bapak/ibu guru, staf tata usaha, staf perpustakaan, seluruh karyawan-karyawati, dan warga SMK Negeri 1 Kalasam atas kerjasamanya selama pelaksanaan kegiatan PPL ini.

10. Seluruh siswa-siswi SMK Negeri 1 Kalasan, terutama kelas XII AKOMODASI PERHOTELAN B, XII TEKSTIL A, XI KAYU B, X LOGAM, X KAYU B dan X JASA BOGA A yang telah bekerja sama dan berpartisipasi demi kelancaran kegiatan ini.
11. Teman-teman PPL UNY dan PPL UST di SMK Negeri 1 Kalasan atas segala kerja samanya.
12. Teman-teman Kelas BK A 2011 FIP UNY atas segala dukungan dan kerjasamanya dalam penyelesaian laporan ini.
13. Semua pihak yang telah membantu selama penulisan dan pelaksanaan program PPL hingga penyelesaian laporan ini.

Semoga laporan ini dapat memberikan sumbangan pikiran bagi semua pihak yang memerlukan. Penulis menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi sempurnanya laporan ini dan bermanfaat bagi kegiatan belajar mengajar di SMK Negeri 1 Kalasan.

Kalasan, 17 September 2014

Duha Agusta
NIM .11104241017

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
LembarPengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi.....	v
Abstrak	vi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Alasan Praktik Pengalaman Lapangan	1
B. Tujuan Praktik Pengalaman Lapangan	1
C. Tempat dan Subjek Praktek	2
D. Materi Praktek yang Dilaksanakan.....	6
BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan.....	9
B. Pelaksanaan.....	9
C. Analisis Hasil.....	18
D. Hambatan Pelaksanaan PPL dan Cara Mengatasinya	18
BAB III. PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	19
B. Saran	19
DAFTAR PUSTAKA	21
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

KEGIATAN PPL DI SMK NEGERI 1 KALASAN TAHUN 2014
PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN

Oleh : Duha Agusta

ABSTRAK

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah yang wajib ditempuh oleh mahasiswa program studi kependidikan. Mata kuliah ini bertujuan memberikan pengalaman dalam bidang pembelajaran dan manajerial di sekolah, melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan.

Kegiatan PPL dilaksanakan secara terpadu oleh seluruh jurusan pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta, begitu pula dengan Program Studi Bimbingan dan Konseling. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan salah satu kegiatan yang bersifat intrakurikuler sehingga harus dilaksanakan oleh setiap mahasiswa. Kegiatan ini mencakup pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk layanan bimbingan yang dapat diberikan oleh seorang guru pembimbing, dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas memberikan layanan Bimbingan dan konseling secara profesional di Sekolah. Pelaksanaan PPL tahun ini dipisah dengan pelaksanaan KKN yang dilaksanakan pada semester khusus dimulai dari tanggal 1 juli sampai 17 September 2014. Dalam hal ini praktikan melaksanakan kegiatan PPL tersebut di SMK Negeri 1 Kalasan, yang beralamat di Jl.Raya Jogja-Solo KM 16, Randugunting, Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta.

Keseluruhan pelaksanaan PPL tahun ini dapat dikatakan lancar dan terlaksana dengan baik sesuai program yang telah direncanakan selama kurang lebih 3 bulan. Kegiatan PPL yang dilakukan meliputi tahap persiapan, pelaksanaan praktik mengajar, dan evaluasi. Beberapa persiapan yang dilakukan diantaranya konsultasi dengan guru / dosen pembimbing, menyiapkan perangkat pembelajaran seperti satuan layanan. Pada tahap pelaksanaan, mahasiswa diberi kesempatan mengajar minimal 8 kali pertemuan dengan alokasi waktu 1 x 45 menit. Pada akhirnya kegiatan PPL yang telah dilaksanakan sekurang-kurangnya tiga bulan ini benar-benar memberikan manfaat bagi praktikan.

Kata Kunci : Bimbingan dan Konseling, PPL

BAB I

PENDAHULUAN

A. Alasan Praktik Pengalaman Lapangan

Usaha peningkatan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran yang terus dilakukan, termasuk dalam hal ini dengan diadakannya mata kuliah lapangan yaitu seperti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL). Penyelenggaraan PPL dilaksanakan secara terpadu bagi seluruh jurusan pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta, begitu pula dengan Program Studi Bimbingan dan Konseling. Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di sekolah merupakan salah satu kegiatan yang bersifat intrakurikuler sehingga harus dilaksanakan oleh setiap mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling. Kegiatan ini mencakup pemahaman mengenai berbagai aspek kependidikan dan pemberian berbagai bentuk layanan bimbingan yang dapat diberikan oleh seorang guru pembimbing, dalam rangka memenuhi persyaratan pembentukan tenaga kependidikan yang bertugas memberikan layanan Bimbingan dan konseling secara profesional di Sekolah.

Program Studi bimbingan dan Konseling mempunyai tugas untuk menyiapkan dan menghasilkan guru pembimbing yang memiliki nilai dan sikap serta pengetahuan dan keterampilan profesional. Dengan kemampuan tersebut, diharapkan lulusan Bimbingan dan Konseling dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya sebagai guru pembimbing dalam rangka tercapainya tujuan pendidikan.

Oleh karena itu dalam rangka menyiapkan guru pembimbing yang profesional tersebut program studi bimbingan dan Konseling membawa mahasiswa kepada proses pembelajaran yang dilakukan di bangku kuliah maupun Praktek Pengalaman Lapangan. Untuk melakukan hal tersebut mahasiswa diterjunkan ke sekolah dalam jangka waktu tertentu, untuk mengamati, mengenal dan melakukan praktek langsung yang wajib dilakukan oleh seorang guru pembimbing.

B. Tujuan Praktik Pengalaman Lapangan

Praktek Pengalaman Lapangan Bimbingan dan Konseling disekolah dimaksudkan agar mahasiswa dapat mempraktekan teori yang didapatkan selama perkuliahan. Praktek Bimbingan dan Konseling memberikan kesempatan pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling untuk menunjukkan kompetensi yang telah dimiliki. Mahasiswa PPL mendapat arahan dari Dosen pembimbing dan Guru Pembimbing.

PPL BK disekolah bertujuan agar mahasiswa mendapat pengalaman faktual khususnya tentang pelaksanaan bimbingan dan konseling disekolah dan umumnya tentang proses pembelajaran siswa serta kegiatan-kegiatan kependidikan.

C. Tempat dan Subjek Praktek

1. Tempat

Penyusun melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan di SMK N 1 Kalasan dengan alamat, Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta.

a. Analisis Situasi

SMK merupakan sekolah kejuruan yang mempersiapkan sumber daya manusia yang siap kerja, walaupun tidak menutup kemungkinan untuk melanjutkan kejenjang yang lebih tinggi. Pada era globalisasi ini tamatan-tamatan SMK sangat dibutuhkan, untuk itu secara tidak langsung SMK Negeri 1 Kalasan harus dapat mempersiapkan lulusan yang berkualitas. SMK Negeri 1 Kalasan merupakan salah satu sekolah kejuruan yang senantiasa mengikuti perkembangan pendidikan, oleh karena itu pendidikan di SMK Negeri 1 Kalasan harus maju.

Bagian ini dibutuhkan karena untuk mendapatkan data tentang kondisi baik fisik maupun non fisik yang ada di SMK N 1 Kalasan sebelum melaksanakan kegiatan PPL memiliki tujuan, yaitu menggali potensi dan kendala yang ada secara objektif dan nyata sebagai bahan acuan untuk merumuskan program kegiatan. Untuk itu, kami melakukan observasi sebelum pelaksanaan PPL. Adapun hasil yang kami peroleh dari kegiatan observasi kami adalah sebagai berikut :

1. Kondisi Umum SMK N 1 Kalasan

Sekolah ini merupakan salah satu sekolah di Kabupaten Kalasan yang digunakan sebagai lokasi PPL Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2014 adalah SMK N 1 Kalasan. SMK Negeri 1 Kalasan yang beralamat di Randugunting, Tamanmartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta.

2. Kondisi Fisik Sekolah

SMK Negeri 1 Kalasan yang terletak di dusun Randugunting, Tamanmartani, kecamatan kalasan, kabupaten sleman, DIY. Dibangun di atas tanah kurang lebih 1,6 hektar, dengan batas-batas sebagai berikut :

1. Sebelah selatan : Dusun Randugunting.
2. Sebelah timur : SMA Negeri 1 Kalasan.

3. Sebelah utara : Kantor Purbakala Bogem.
4. Sebelah barat : Dusun Bugisan.

SMK Negeri 1 Kalasan memiliki sarana dan prasarana, di antaranya :

1. Ruang kepala sekolah
2. Ruang Majelis
3. Ruang sidang
4. Ruang tata usaha
5. Ruang kantor guru
6. Ruang staf guru
7. Ruang BK dan BKK

Ruang teori sebanyak 33 ruangan.

1. Ruang daskri
2. Pendopo (ruang pameran)
3. Ruang koperasi
4. Ruang perpustakaan
5. Ruang UKS
6. Ruang OSIS
7. Ruang bengkel
8. Ruang serba guna (aula)
9. Mushola/Masjid
10. Kantin
11. Toilet
12. Tempat parkir
13. Pos satpam
14. Lapangan upacara
15. Ruang gudang
16. Ruang ISO

Jurusan yang dimiliki oleh SMK Negeri 1 Kalasan terdiri dari tujuh (7) jurusan, yaitu :

1. Jurusan Kria Kayu
2. Jurusan Kria Tekstil
3. Jurusan Kria Logam
4. Jurusan Kria Keramik
5. Jurusan Kria Kulit
6. Jurusan Akomodasi Perhotelan
7. Jurusan Jasa Boga.

Struktur organisasi SMK Negeri 1 Kalasan dibentuk untuk memudahkan jalannya kegiatan belajar mengajar. Struktur organisasi tersebut dibuat sesuai dengan kebutuhan sekolah. Jumlah guru dan karyawan yang bekerja di sekolah ini sebanyak 103 orang yaitu 81 guru tetap, 20 guru tidak tetap, 2 guru bantu, 20 karyawan tetap, serta 8 karyawan tidak tetap. Sedangkan jumlah murid yang di didik adalah sebanyak 966 siswa, yaitu 341 siswa kelas 1, 313 siswa kelas 2, dan 212 siswa kelas 3. Adapun struktur organisasi SMK Negeri 1 Kalasan adalah sebagai berikut :

1. Kepala sekolah

Kepala sekolah bertanggung jawab sepenuhnya dalam kelancaran kegiatan belajar mengajar (PBM) dan kegiatan sekolah lainnya.

2. Wakil kepala sekolah

Wakil kepala sekolah bertugas membantu tugas-tugas kepala sekolah yang membidangi beberapa bidang yaitu :

- a. Wakil kepala sekolah bidang kurikulum
- b. Wakil kepala sekolah bidang kesiswaan
- c. Wakil kepala sekolah bidang saran prasarana
- d. Wakil kepala sekolah bidang humas
- e. Wakil kepala sekolah bidang ketenagakerjaan

3. Pengelola perpustakaan

Pengelola perpustakaan bertanggung jawab atas kelancaran administrasi perpustakaan.

4. Petugas bimbingan dan konseling

Petugas BP ini bertugas memberikan layanan kepada siswa yang membutuhkan pelayanan sikap dan prilaku.

5. Guru

Seorang guru harus bisa mengelola proses kegiatan belajar mengajar (PBM), sehingga pelaksanaan PBM dapat berjalan dengan lancar.

6. Kepala urusan tata usaha

Kepala urusan tata usaha ini bertugas melaksanakan urusan ke tata usahaan sekolah dan mengurus segala administrasi sekolah.

7. Kurikulum

Kurikulum adalah sejumlah pelajaran yang harus ditempuh dalam suatu jenjang pendidikan, sedangkan administrasi kurikulum adalah suatu proses kegiatan yang direncanakan dan diusahakan secara sengaja dalam membina suatu situasi belajar mengajar (*Broad Based Curriculum*) yang artinya kurikulum yang disajikan dengan memberi kemampuan-kemampuan dasar

sehingga dapat memperkokoh dan menjadi basis kemampuan lanjutan.

8. Administrasi/ Kepegawaian.

Administrasi/ Kepegawaian adalah segenap penataan yang bersangkutan dengan masalah untuk memperoleh dan mempergunakan tenaga di sekolah dengan seefisien mungkin demi tercapainya visi dan misi pendidikan yang diinginkan.

3. Potensi Siswa, Guru dan Karyawan

Siswa di sekolah ini sebagian besar mempunyai minat pada bidang kerajinan dan pariwisata. Berhubungan dengan minat dan bakat siswa di atas, terbukti dari minat dan bakat tersebut siswa banyak menghasilkan prestasi, terutama prestasi dalam bidang Kerajinan.

Tenaga pendidik di SMK Negeri 1 Kalasan telah memiliki rasa profesionalisme sebagai seorang guru. Hal ini tampak pada kinerja para guru di sekolah tersebut. Sebagian besar guru telah menempuh strata 1 sarjana pendidikan. Dan para guru mengajar sesuai dengan bidang yang ditempuh pada saat memperoleh gelar sarjana. Guru yang mengajar di SMK Negeri 1 Kalasan berjumlah 103 orang guru. Kerjasama diantara guru, karyawan sebagai tim yang solid membuat sekolah SMK Negeri 1 Kalasan semakin berkualitas setiap tahunnya. Sementara itu, jumlah karyawan di SMK Negeri 1 Kalasan berjumlah 28 orang.

a. Kegiatan Kesiswaan

Kegiatan kesiswaan yang dilaksanakan di SMK Negeri 1 Kalasan adalah OSIS, kepramukaan, band, paduan suara, karawitan, Pecinta alam, mading, sepak bola, karate, bola basket, Komputer. Semua kegiatan itu dimaksudkan agar siswa mampu meningkatkan potensi dan bakat intelegualitasnya.

b. Kondisi kedisiplinan

Hasil observasi diperoleh data kondisi kedisiplinan di SMK Negeri 1 Kalasan adalah masuk sekolah jam efektif dimulai pukul 07.00 WIB. Pengawasan guru terhadap kedisiplinan siswa sudah baik. Namun demikian rasa kedisiplinan dari siswa sendiri masih perlu ditingkatkan karena ada sebagian kecil siswa yang masih terlambat masuk sekolah dan tidak rapi dalam berpenampilan sebagai siswa yang tertib.

Sekolah mempunyai 3 seragam khusus bagi siswa.

- Senin,selasa : Putih-abu-abu
- Rabu, Kamis : Hitam Putih
- Jumat : Batik.
- Sabtu : Pramuka

Jika dilihat dari segi kedisiplinan dalam berseragam, 95% siswa disiplin dan rapi dalam berpakaian seragam.

2. Subjek Praktek

Pelaksana dalam Praktek Pengalaman Lapangan sebagai penyusun laporan ini adalah mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan dan bimbingan, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Nama : Duha Agusta

NIM : 11104241017

D. Materi Praktek Yang Dilaksanakan

Bidang kegiatan PPL yang dilaksanakan mengacu pada kegiatan yang bermanfaat bagi iklim kehidupan sekolah. Secara garis besar bidang kegiatan yang dilaksanakan meliputi dua bidang, yaitu :

- **Bidang fisik**

Bidang fisik direncanakan dalam rangkaian pengadaan, pemeliharaan, dan pengoptimalan sarana prasarana yang dimiliki sekolah dalam rangka peningkatan kualitas serta profesionalisme kegiatan pembelajaran di SMK N 1 Kalasan Sleman.

- **Bidang Non Fisik**

Bidang non fisik direncanakan untuk meningkatkan kreativitas, kemampuan, wawasan, dan pengetahuan warga SMK N 1 Kalasan Sleman dalam rangka peningkatan kualitas serta profesionalisme warga SMK N 1 Kalasan Sleman menuju persaingan global.

Untuk program PPL Bimbingan dan Konseling yaitu layanan bimbingan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan meliputi :

- 1) Layanan Dasar

- a. Bimbingan Kelas

Bimbingan kelas yang dilaksanakan di sekolah yaitu berupa penyampaian materi layanan di dalam kelas diantaranya melalui games, ceramah dan diskusi.

- b. Pelayanan Orientasi

Layanan orientasi ditujukan pada siswa guna memberikan pemahaman dan penyesuaian diri terhadap diri dan lingkungannya. Oleh karena itu, tujuan layanan orientasi adalah membantu siswa memperoleh pemahaman dan penyesuaian diri yang lebih baik terhadap lingkungan sekolah maupun terhadap dirinya sendiri. Dalam layanan orientasi ini

praktikan menyampaikan orientasi secara tertulis dengan handout dan penyampaian orientasi secara lisan dengan ceramah, diskusi, dan lain-lain. Dalam hal ini praktikan melaksanakan bimbingan orientasi pada saat bimbingan kelas.

c. Pelayanan Informasi

Layanan informasi merupakan materi kegiatan berupa informasi atau keterangan yang disampaikan oleh praktikan. Layanan informasi bertujuan untuk membekali siswa atau individu dengan berbagai informasi, pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai hal yang berguna untuk mengenal diri, merencanakan, dan mengembangkan diri. Dalam layanan informasi ini praktikan menyampaikan dengan metode penyampaian informasi secara tertulis menggunakan brosur dan poster meskipun secara tidak langsung praktikan juga memberikan informasi secara lisan ketika bimbingan dalam kelas.

d. Pelayanan pengumpulan data

Layanan pengumpulan data dilakukan untuk mengumpulkan data-data siswa untuk kepentingan bimbingan dan konseling. Dalam hal ini praktikan menggunakan Angket IKMS dan formulir Data Pribadi Siswa.

2) Pelayanan Responsif

a. Konseling individual

Layanan konseling individu dilakukan dengan tatap muka antara pembimbing dengan siswa dalam rangka pemecahan masalah siswa. Tetapi tetap pemecahan masalah ada di tangan siswa. Tujuan layanan konseling individu adalah membantu siswa untuk mengetahui dirinya, bisa mengembangkan potensi yang dimilikinya sehingga bisa mengaktualisasikan dirinya serta siswa mampu memecahkan masalahnya. Dalam hal ini praktikan dapat melaksanakan praktik konseling individu.

b. Konseling kelompok

Layanan konseling kelompok merupakan bantuan yang diberikan agar siswa memperoleh kesempatan untuk membahas dan memecahkan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok. Masalah yang dibahas merupakan masalah individu yang saling dialami dalam kelompok. Permasalahan yang ada dibahas, didiskusikan secara bersama dalam kelompok, sehingga semua masalah

yang dialami setiap individu dapat terpecahkan.

c. Kolaborasi dengan guru Mata Pelajaran Atau Wali Kelas

Konselor berkolaborasi dengan guru dan wali kelas dalam rangka memperoleh informasi tentang peserta didik (seperti prestasi belajar, kehadiran dan kepribadiannya), membantu menyelesaikan masalah peserta didik. Contoh kolaborasi dengan guru mata pelajaran adalah layanan pembelajaran atau penguasaan materi.

3) Dukungan Sistem

Dukungan sistem merupakan suatu kegiatan bimbingan dan konseling untuk bekerja sama dengan semua pihak untuk mendukung pemberian layanan. Salah satu contohnya adalah menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pelayanan bimbingan, bekerja sama dengan guru atau rekan untuk pemberian layanan pada siswa. Dalam pelaksanaan program PPL, Praktikan melaksanakan secara individu dan team teaching. Program kegiatan PPL terlaksana dengan baik. Program pemberian layanan berjalan dengan baik. Praktek mengajar dalam kelas memenuhi target min 8 kali pertemuan, bahkan praktikan lebih dari 8 kali, dan berbagai rencana program layanan bimbingan dan konseling dapat terlaksana.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL

A. PERSIAPAN

Sebelum melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), mahasiswa melakukan observasi yang terlaksana pada tanggal 11-23 Februari 2014. Dari observasi kondisi sekolah, observasi pembelajaran dan observasi terhadap peserta didik yang telah dilakukan di sekolah, setiap mahasiswa mendapatkan pembekalan PPL yang bertujuan untuk memberi gambaran kepada mahasiswa mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada saat praktik pengalaman lapangan. Pembekalan Praktik Pengalaman Lapangan merupakan syarat wajib bagi mahasiswa untuk dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan. Dengan mengikuti pembekalan diharapkan mahasiswa dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan dengan hasil yang baik.

Dalam pelaksanaan pengajaran mikro setiap kelompok terdiri dari dua belas mahasiswa dengan satu dosen pembimbing. Selain praktik mengajar, mahasiswa praktikan juga membuat satuan layanan bimbingan dan konseling yang meliputi praktikum bimbingan dan konseling pribadi dan sosial yang merupakan syarat wajib agar dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan, yaitu lulus mata kuliah pengajaran mikro (lulus praktikum dalam BK). Dari hasil observasi di sekolah, dan lulus pelaksanaan pengajaran mikro, mahasiswa praktikan bimbingan dan konseling membuat rancangan program praktik pengalaman lapangan yang akan di laksanakan ketika terjun dalam PPL. Program yang dibuat disesuaikan dengan kebutuhan di sekolah dan dilengkapi dengan satuan layanan. Rancangan program Praktik Pengalaman Lapangan Bimbingan dan Konseling meliputi pelayanan dasar, responsif, perencanaan individual dan dukungan sistem.

B. PELAKSANAAN

Pelaksanaan program kegiatan PPL dilaksanakan selama masa PPL di SMK N 1 Kalasan, yang berlangsung dari tanggal 1 Juli 2014 sampai dengan 17 September 2014. Secara umum program PPL yang terdiri dari program persekolahan dan program bimbingan dan konseling di sekolah dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

Berikut ini paparan kegiatan PPL bimbingan dan konseling yang

sudah dilaksanakan selama praktikan melakukan PPL di SMK N 1 Kalasan.

1. Praktik Persekolahan

Program ini berisi kegiatan yang dilakukan praktikan secara tidak langsung berhubungan dengan kegiatan bimbingan dan konseling. Praktik persekolahan dimaksudkan untuk mengetahui, memahami, dan melibatkan mahasiswa secara langsung pada kegiatan sekolah terutama yang berhubungan dengan administrasi sekolah.

Kegiatan yang dilaksanakan pada praktik persekolahan adalah :

a. Jaga piket di pintu gerbang Gedung Selatan.

Kegiatan ini rutin dilakukan di sekolah setiap hari senin, selasa dan sabtu full pada saat pagi hari ketika siswa datang ke sekolah. Tugas saat jaga piket berupa menyambut dan menyapa siswa ketika masuk ke pintu gerbang sekolah.

b. Partisipasi kegiatan Jumat Pagi

Kegiatan jumat pagi rutin dilakukan seminggu sekali setiap hari Jumat jam pertama. Kegiatan Jumat pagi ini terdiri dari kerja bakti.

c. Entri Data JPPD dan Kartu Cerdas bagi Siswa Kurang Mampu

Kegiatan ini merupakan salah satu dari bagian administrasi BK dalam membantu siswa yang kurang mampu dari segi biaya sekolah.

2. Praktik Bimbingan dan Konseling di Sekolah

Sebelum melaksanakan praktik Bimbingan dan Konseling di sekolah, praktikan telah menyusun rancangan program praktik pengalaman lapangan yang telah dilengkapi dengan satuan layanan dengan materi yang telah disetujui oleh guru pembimbing lapangan. Dengan demikian, praktikan melaksanakan program kegiatan PPL yang telah dirancang untuk SMK N 1 Kalasan. Kegiatan Bimbingan dan Konseling di sekolah meliputi empat bidang bimbingan, yaitu : bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir. Keempat bidang bimbingan tersebut sudah tercakup dalam rancangan PPL.

Berikut ini paparan kegiatan praktik Bimbingan dan Konseling di sekolah :

a. Layanan Dasar

1) Bimbingan Kelas

Bimbingan kelas dilaksanakan oleh praktikan yang mencakup kelas X Logam, X Kayu A dan X Jasa Boga A. Untuk kelas XI, yaitu XI Kayu B. Untuk kelas XII yaitu kelas XII Akomodasi Perhotelan B dan XII Tekstil A. Jadwal bimbingan ini yaitu pada hari Senin jam ke- 2 di kelas XII AP B. Jadwal bimbingan kelas X Logam itu jam ke- 5 hari rabu, dan jam ke- 7 di kelas X Kayu B. Jadwal untuk hari kamis kelas XII Tekstil A jam ke-9 dan untuk hari jumat kelas XI Kayu B jam ke-1 dan untuk jam yang ke-4 kelas Jasa Boga A.

No	Hari/tanggal	Kelas	Materi
1	Kamis , 7 Agustus 2014 jam ke-9	XII Tekstil A	Perkenalan dan mengisi materi tentang Menentukan Karir
2	Jumat, 8 Agustus 2014 jam ke-1	XI Kayu B	Perkenalan dan mengisi materi tentang Pemahaman Diri
3	Jumat , 8 Agustus 2014 jam ke-4	X Jasa Boga A	Perkenalan dan mengisi materi Konsep Diri
4	Senin , 11 Agustus 2014 jam ke 2	XII AP B	Perkenalan dan mengisi materi Menentukan Karir
5	Rabu, 13 Agustu 2014 jam ke 5	X Logam	Perkenalan dan mengisi materi Konsep Diri
6	Rabu, 13 Agustus 2014 jam ke 7	X Kayu B	Perkenalan dan mengisi materi Konsep Diri
7	Kamis, 14 Agustus 2014 jam ke 9	XII Tekstil A	Membuat Mind Mapping
8	Jumat, 15 Agustus 2014 jam ke 1	XI Kayu B	Mengisi materi Buku Jendela Dunia
9	Jumat, 15 Agustus 2014 jamke 4	X Jasa Boga A	Mengajar materi Asyiknya Bersahabat
10	Senin, 18 Agustus 2014 jam ke 2	XII AP B	Membuat Mind Mapping
11	Rabu, 20 Agustus 2014 jam ke 5	X Logam	Mengajar materi Asyiknya Bersahabat
12	Rabu, 20 Agustus 2014 jam ke 7	X Kayu B	Mengajar materi Asyiknya Bersahabat

13	Kamis, 21 Agustus 2014 jam ke 9	XII Tekstil A	Mengajar materi Atur Waktu Belajarmu
14	Jumat, 22 Agustus 2014 jam ke 1	XI Kayu B	Mengajar materi Kapal Livina
15	Jumat, 22 Agustus 2014 jam ke 4	X Jasa Boga A	Mengajar materi Asyiknya Bersahabat
16	Senin, 25 Agustus 2014 jam ke 2	XII AP B	Mengajar materi Atur Waktu Belajarmu
17	Rabu, 27 Agustus 2014 jam ke 5	X Logam	Mengajar materi Motivasi Diri
18	Rabu, 27 Agustus 2014 jam ke 7	X Kayu B	Mengajar materi Motivasi Diri
19	Kamis, 28 Agustus 2014 jam ke 9	XII Tekstil A	Mengajar Materi Get Succes for Better Life
20	Jumat, 29 Agustus 2014 jam ke 1	XI Kayu B	Mengajar materi Do It Get It
21	Jumat, 29 Agustus 2014 jam ke 4	X Jasa Boga A	Mengajar materi Motivasi Diri
22	Senin, 1 September 2014 jam ke 2	XII AP B	Sharing tentang Dunia Kuliah
23	Rabu, 3 September 2014 jam ke 5	X Logam	Mengajar materi Pohon Impian
24	Rabu, 3 September 2014 jam ke 7	X Kayu B	Mengajar materi Pohon Impian
25	Kamis 4 September 2014 jam ke 9	XII Tekstil A	Sharing tentang dunia Kuliah
26	Jumat, 5 September 2014 jam ke 1	XI Kayu B	Menonton Video Motivasi
27	Jumat 5 September 2014 jam ke 4	X Jasa Boga A	Mangejar Materi Pohon Impian
28	Senin, 8 September 2014 jam ke 2	XII AP B	Perpisahan
29	Rabu, 10 September 2014 jam ke 5	X Logam	Perpisahan
30	Rabu, 10 September 2014 jam ke 7	X Kayu B	Perpisahan

31	Kamis, 11 September 2014 jam ke 9	XII Tekstil A	Perpisahan
32	Jum'at, 12 September 2014 jam ke 1	XI Kayu B	Perpisahan
33	Jum'at, 12 September 2014 jam ke 4	X Jasa Boga A	Perpisahan

2) Layanan informasi

Layanan informasi yang dilakukan sesuai rancangan program praktik pengalaman lapangan yakni berupa leaflet dan papan bimbingan. Layanan informasi diberikan secara tidak langsung karena keterbatasan waktu dalam masuk kelas. Berikut ini paparan layana informasi yang telah dilakukan :

a) Hari/tanggal : Kamis, 4 September 2014

Sasaran : Kelas XII Tekstil A

Materi : 1. Membuat keputusan Efektif
2.Kiat memilih jurusan di Perguruan Tinggi
3.Menggapai Beasiswa

Tujuan : Memperluas informasi siswa dalam bidang Karir.

Media : Leaflet dan Poster

Biaya : Rp14.000,-

b) Hari/tanggal : Senin, 8 September 2014

Sasaran : Seluruh warga SMK N 1 Kalasan

Materi : 1. Tips Meningkatkan Daya Ingat
2.Menjadi siswa yang berprestasi
3.Cara belajar Efektif
4.Manajemen Waktu

Tujuan : Memperluas informasi siswa dalam bidang bimbingan Pribadi.

Media : Papan Bimbingan

Biaya : Rp20.000,00

3) Layanan Pengumpulan Data

Dalam layanan pengumpulan data, praktikan menggunakan

Angket IKMS dan Data Pribadi Siswa

Pengumpulan data yang dilakukan adalah sebagai berikut :

a) Angket IKMS

Pengumpulan data Sosiometri dilakukan di awal tahun ajaran di kelas X yang diampu Guru Pembimbing yaitu kelas X Logam, X Kayu B dan X Jasa Boga A. Dari hasil IKMS dapat diketahui bahwa permasalahan siswa cenderung banyak di masalah pribadi dan belajar.

b) Data Pribadi Siswa

Pengisian data pribadi ini bertujuan untuk mengisi buku pribadi siswa yang akan menjadi acuan atau catatan siswa selama menjadi siswa SMK Negeri 1 Kalasan.

b. Pelayanan Responsif

1) Konseling individu

Konseling individu merupakan proses pemberian bantuan kepada individu atau peserta didik secara individual agar siswa dapat mencapai tugas perkembangannya dan dapat mengambil keputusan dalam memecahkan masalah yang dihadapinya. Praktikan melaksanakan konseling individu sebanyak 3 kali, akan tetapi yang menjadi lampiran konseling individual yang dilakukan adalah sebagai berikut :

a) Deskripsi Karakteristik Konseli

Nama	: SAW
Jenis Kelamin	: Perempuan
Siswa Kelas	: XII AP B
Umur	: 17 tahun
Agama	: Islam
Kepribadian	: Periang dan Sedikit Tomboy

b) Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

SAW merupakan salah satu siswa kelas XII Akomodasi Perhotelan (AP) B. Ia adalah anak yang ceria, periang dan sedikit tomboy. Di kelas pun konseli salah satu siswa yang aktif dalam pembelajaran dan selalu masuk 10 besar dalam pencapaian prestasi akademik. Dalam hal ini konseli mempunyai masalah dengan orang tua yang broken home kemudian rujuk kembali. Akan tetapi hal itu membuat konseli merasa dikekang semenjak orang tua konseli

rujuk kembali. Konseli merasa semua di batasi dan di curigai sehingga konseli merasa tidak bebas dan cenderung menjadi pembangkang. Keinginan dari konseli sendiri adalah orang tua nya mengerti kondisi konseli bukan mencurigai dan konseli jga tidak ingin menjadi anak yang pembangkang.

c) Kerangka kerja teoretik (Pendekatan yang digunakan)

a) Perspektif pendekatan yang digunakan

Pada masalah kali ini SAW merasa kesal dan marah ketika orang tuanya selalu mengekang dan mencurigainya. Hal itu membuat ia kesal dan bingung. Dengan demikian pendekatan yang dilakukan adalah dengan pendekatan "*Person Centered Therapy*".

b) Esensi masalah konseli, penyebab dan pemicu masalah

Masalah yang dihadapi konseli adalah merasa kesal dan marah ketika orang tuanya selalu mengekang dan membatasinya. Namun ada keinginan dalam dirinya untuk menjadi seorang anak yang bersikap hormat dan patuh terhadap orangtuanya seperti anak lainnya.

d) Diagnosis

Konseli ingin dimengerti bukan dikekang, di batasi, dan di curigai dan konseli juga ingin menjadi anak yang patuh bukan pembangkang.

e) Prognosis

Permasalahan ini dapat teratasi dengan cara konseli meyakinkan diri dan merubah kebiasaan, sikap, dan berfikir positif. Ia harus berfikir positif dan juga mengerti kondisi orang tuanya juga.

f) Fokus perhatian atau sasaran konselor dalam membantu konseli

Disini konselor membantu untuk memandirikan konseli agar dapat menemukan solusi yang terbaik dalam memecahkan masalahnya.

- g) Langkah-langkah konseling yang ditempuh
- a) Konselor mengawali dengan salam dan attending.
 - b) Konselor memberikan pertanyaan terbuka kepada konseli, agar konseli yang lebih dominan dalam proses konseling (*Person Centered*).
 - c) Konselor mengarahkan konseli dalam pemilihan alternative pemecahan masalahnya.

h) Evaluasi

- a) Hasil yang ingin dicapai

Konseli dapat belajar untuk memahami mengapa orang tua konseli bersikap seperti itu dan memahamai bagaimana agar tidak menjadi anak yang pembangkang.

- b) Hasil yang telah dicapai

Konseli mampu berfikir positif dan menerima keadaan yang terjadi. Konseli juga berusaha agar bersikap hormat dan tidak membangkang ketika orangtuanya mengekang dan membatasi dirinya.

i) Rencana Tindak lanjut

Melaksanakan konseling individu lanjutan untuk melihat sejauh mana perkembangan perubahan yang dilakukan konseli.

2) Konseling Kelompok

Hari/Tanggal	: Jum'at, 13 September 2014
Durasi	: 60 menit
Data Konseli	: Seluruh Siswa
Kelas	: X Jasa Boga A
Bidang Bimbingan	: Pribadi dan Sosial
Faktor Penyebab	: Merasa suasana kelas dingin dan ada gap yang membuat kelas tidak kompak dan saling menjatuhkan.
Inti Masalah	: Di kelas X Jasa Boga yang mayoritasnya adalah siswa putri awalnya kompak-kompak saja,

sampai akhirnya ada dua orang yang mempunyai masalah pribadi dan berubah menjadi masalah seluruh kelas. Hal ini dikarenakan adanya saling bela antara siswa yang satu dengan lainnya yang membuat kelas terbagi menjadi dua kubu. Hal ini dirasa kurang nyaman bagi siswa baik dalam berteman sehari-hari ataupun dalam belajar. Masalah yang dihadapi dikarenakan ada siswa yang merasa tidak terima atas sikap temannya yang mencoba mengganggu hubungan asmara dirinya dengan teman dekatnya.

Kesimpulan

: Dari proses konseling kelompok yang dilakukan oleh praktikan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa mereka akan berusaha saling memaafkan dan menyelesaikan masalah ini tanpa campur tangan wali kelas. Bagi mereka kehadiran praktikan sangat membantu mereka dalam menyelesaikan masalah yang ada di kelas sekarang.

3) Home Visit

Untuk pelaksanaan home visit praktikan laksanakan pada siswa bernama Muhammad Nur Adhia Ramadhan atau biasa dipanggil Rama. Tujuan home visit ini adalah untuk berdiskusi dan meyakini orang tua siswa terkait keinginan anaknya untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi, akan tetapi sikap orang tua masih kurang yakin dan cenderung tidak mendukung anaknya. Hal ini dikarenakan kondisi orang tua yang takut dengan biaya yang sangat tinggi apabila anaknya melanjutkan perkuliahan.

C. ANALISIS HASIL

1. Ketertarkaitan Program dengan Pelaksanaan

Pada pelaksanaan PPL tahun 2014 ini alhamdulillah praktikan mampu menyebutkan bahwa pelaksanaan PPL tahun ini sudah terlaksana dengan baik. Terbukti dengan adanya sebagian besar program PPL terlaksana sesuai dengan rencana awal. Khusus PPL Bimbingan dan Konseling sendiri praktikan sudah melaksanakan lebih dari 8 kali pertemuan tatap muka, bahkan sudah sampai 32 kali tatap muka. Kemudian proses pemberian layanan pun tidak hanya dilakukan dalam suasana tatap muka saja melainkan melalui media seperti papan bimbingan dan Leaflet. Kemudian praktikan dan team teching tidak hanya melaksanakan kegiatan yang sudah diprogramkan. Walaupun demikian kekurangan pun masih tetap dijumpai seperti pada saat penyampaian layanan karena keterbatasan waktu di sekolah.

D. HAMBATAN PELAKSANAAN PPL DAN CARA MENGATASINYA

1. Hambatan Pelaksanaan PPL

Dalam pelaksanaan PPL kali ini praktikan mengalami beberapa hambatan diantaranya :

- a. Siswa masih menganggap BK sebagai polisi sekolah sehingga siswa ada yang masih enggan untuk datang ke ruang BK melakukan konseling.
- b. Ada siswa yang tidak mau melakukan konseling di ruang BK karena mereka takut dinilai bermasalah jika masuk di ruang BK.

2. Solusi

- a. Saat memberikan materi bimbingan di kelas, praktikan memberikan materi yang menarik sehingga siswa tetap tertarik dan kooperatif dalam mengikuti bimbingan kelas dan tidak menganggap BK sebagai polisi sekolah.

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu serangkaian program yang wajib ditempuh oleh seluruh mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. Tidak terkecuali Program Studi Bimbingan dan Konseling yang mewajibkan kegiatan PPL di sekolah. Kegiatan PPL di sekolah tahun ini telah terlaksana dengan baik terbukti dengan tercapainya program yang sudah terlaksana, selain itu terlaksana juga program insidental yang ada di sekolah.

PPL ini merupakan program yang sangat menguntungkan sekali bagi mahasiswa karena mahasiswa mengetahui dan praktik secara langsung di sekolah khususnya di SMK N 1 Kalasan Sleman Yogyakarta. Hal inilah yang membuat semakin bertambahnya ilmu yang tidak didapat di kampus.

B. Saran

Terlaksananya seluruh kegiatan PPL di SMK N 1 Kalasan dengan baik ini, agar terus ditingkatkan supaya semakin baik. Penyusun mencoba memberi saran, semoga bermanfaat bagi diri sendiri maupun semua pihak.

1. Bagi pihak sekolah

Banyak siswa yang masih beranggapan bahwa BK adalah polisi sekolah, sehingga siswa enggan untuk berkunjung di ruang BK. Oleh karena itu, pihak sekolah senantiasa merubah image BK.

2. Bagi mahasiswa praktikan

- a. Agar lebih efektif dalam pemberian layanan, diharapkan mahasiswa memberikan materi layanan sesuai dengan kondisi di sekolah dan tentunya menarik untuk diikuti.
- b. Mahasiswa BK dapat mengoptimalkan waktu dalam proses penyampaian layanan sesuai dengan kondisi dan sarana di sekolah.
- c. Mahasiswa praktikan BK dapat mengubah persepsi negatif BK yang selama ini telah melekat dengan citra yang positif dan BK itu menyenangkan, bukan polisi sekolah.

3. Bagi siswa SMK N 1 Kalasan

- a. Terus jaga, tingkatkan rasa sopan santun dan rasa hormat menghormati baik antarsiswa, guru, karyawan dan masyarakat di sekitar lingkungan sekolah.
- b. Taat terhadap tata tertib yang berlaku di sekolah.

- c. Teruslah menjadi siswa yang aktif dan terus berkarya sehingga mampu menjadikan SMK N 1 Kalasan lebih baik lagi.
4. Bagi Pihak LPPMP
- a. Perlu adanya peningkatan sosialisasi peraturan tata tertib mengikuti PPL, sehingga mahasiswa lebih tertib dalam melaksanakan PPL.
 - b. Selain itu peningkatan sosialisasi PPL agar mahasiswa tidak kebingungan saat diterjunkan di lapangan.
 - c. Pihak LPPMP hendaknya meningkatkan pengontrolan atau monitoring ketempat lokasi PPL agar benar-benar mengetahui mahasiswa ketika mengikuti PPL dan mahasiswa dapat terkontrol dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dr. Muh Nur Wangid, M.Si. *Pendomen Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Tidak diterbitkan.
- UPPL. 2012. *Panduan KKN-PPL*. Yogyakarta: UPPL Universitas Negeri Yogyakarta.
- UPPL. 2012. *Materi Pembekalan KKN-PPL*. Yogyakarta: UPPL Universitas Negeri Yogyakarta.

**L
A
M
P
I
R
A
N**

LAPORAN KONSELING INDIVIDUAL

A. Deskripsi Karakteristik Konseli

Nama	: SAW
Jenis Kelamin	: Perempuan
Siswa Kelas	: XII AP B
Umur	: 17 tahun
Agama	: Islam
Kepribadian	: Periang dan Sedikit Tomboy

B. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

SAW merupakan salah satu siswa kelas XII Akomodasi Perhotelan (AP) B. Ia adalah anak yang ceria, periang dan sedikit tomboy. Di kelas pun konseli salah satu siswa yang aktif dalam pembelajaran dan selalu masuk 10 besar dalam pencapaian prestasi akademik. Dalam hal ini konseli mempunyai masalah dengan orang tua yang broken home kemudian rujuk kembali. Akan tetapi hal itu membuat konseli merasa dikekang semenjak orang tua konseli rujuk kembali. Konseli merasa semua di batasi dan di curigai sehingga konseli merasa tidak bebas dan cenderung menjadi pembangkang. Keinginan dari konseli sendiri adalah orang tua nya mengerti kondisi konseli bukan mencurigai dan konseli jga tidak ingin menjadi anak yang pembangkang.

C. Kerangka kerja teoretik (Pendekatan yang digunakan)

1. Perspektif pendekatan yang digunakan

Pada masalah kali ini SAW merasa kesal dan marah ketika orang tuanya selalu mengekang dan mencurigainya. Hal itu membuat ia kesal dan bingung. Dengan demikian pendekatan yang dilakukan adalah dengan pendekatan "*Person Centered Therapy*".

2. Esensi masalah konseli, penyebab dan pemicu masalah

Masalah yang dihadapi konseli adalah merasa kesal dan marah ketika orang tuanya selalu mengekang dan membatasinya. Namun ada keinginan dalam dirinya untuk menjadi seorang anak yang bersikap hormat dan patuh terhadap orangtuanya seperti anak lainnya.

D. Diagnosis

Konseli ingin dimengerti bukan dikekang, di batasi, dan di curigai dan konseli juga ingin menjadi anak yang patuh bukan pembangkang.

E. Prognosis

Permasalahan ini dapat teratasi dengan cara konseli meyakinkan diri dan merubah kebiasaan, sikap, dan berfiir positif. Ia harus berfikir positif dan juga mengerti kondisi oorang tuanya juga.

F. Fokus perhatian atau sasaran konselor dalam membantu konseli

Disini konselor membantu untuk memandirikan konseli agar dapat menemukan solusi yang terbaik dalam memecahkan masalahnya.

G. Langkah-langkah konseling yang ditempuh

- a) Konselor mengawali dengan salam dan attending.
- b) Konselor memberikan pertanyaan terbuka kepada konseli, agar konseli yang lebih dominan dalam proses konseling (*Person Centered*).
- c) Konselor mengarahkan konseli dalam pemilihan alternative pemecahan masalahnya.

H. Evaluasi

- a) Hasil yang ingin dicapai

Konseli dapat belajar untuk memahami mengapa orang tua konseli bersikap seperti itu dan memahamai bagaimana agar tidak menjadi anak yang pembangkang.

- b) Hasil yang telah dicapai

Konseli mampu berfikir positif dan menerima keadaan yang terjadi. Konseli juga berusaha agar bersikap hormat dan tidak membangkang ketika orangtuanya mengekang dan membatasi dirinya.

I. Rencana Tindak lanjut

Melaksanakan konseling individu lanjutan untuk melihat sejauh mana perkembangan perubahan yang dilakukan konseli.

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 16 September 2014
Mahasiswa Praktikan

Drs. Heri Prayitno
NIP 19650116 200501 1 002

Duha Agusta
NIM 11104241017

LAPORAN KONSELING INDIVIDU

1. Deskripsi Karakteristik Konseli

Nama :K
Jenis Kelamin :Perempuan
Siswa Kelas : XII Tekstil A
Umur : 17 tahun
Agama : Islam
Kepribadian : Periang, Tomboy

2. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

K merupakan salah satu siswa kelas XII Tekstil A. Dia adalah anak yang tomboy, terlihat sekali dalam penampilannya yang walaupun ia memakai seragam panjang, tetapi rambutnya selalu bergaya laki-laki dengan dipotong sangat pendek. Sikapnya juga menyerupai laki-laki, keras ketika berbicara, lebih senang bergaul dengan anak laki-laki, suka berkelahi. Ia merasa nyaman-nyaman saja dengan dirinya. Akan tetapi ia merasa kesal ketika teman-temannya, juga para guru selalu protes terhadap dirinya. Sebenarnya, ada juga keinginan dari dirinya untuk normal seperti perempuan seutuhnya.

3. Kerangka kerja teoretik (Pendekatan yang digunakan)

a. Perspektif pendekatan yang digunakan

Pada masalah kali ini K merasa kesal dan marah ketika orang lain yang selalu protes terhadap sikap dan penampilannya, tetapi ia juga ingin berubah. Hal itu membuat ia kesal dan bingung. Dengan demikian pendekatan yang dilakukan adalah dengan pendekatan “*Person Centered Therapy*”.

b. Esensi masalah konseli, penyebab dan pemicu masalah

Masalah yang dihadapi konseli adalah merasa kesal dan marah ketika orang lain yang selalu protes terhadap sikap dan penampilannya.. Namun ada keinginan dalam dirinya untuk menjadi seorang selayaknya bersikap seperti perempuan seutuhnya.

4. Diagnosis

Konseli ingin diterima dengan kondisinya dan ingin berubah menjadi lebih feminim.

5. Prognosis

Permasalahan ini dapat teratasi dengan cara konseli meyakinkan diri dan merubah kebiasaan, sikap, dan penampilannya menjadi lebih feminim dan lebih halus. Ia harus mau belajar dan berubah demi dirinya sendiri.

6. Fokus perhatian atau sasaran konselor dalam membantu konseli

Disini konselor membantu untuk memandirikan konseli agar dapat menemukan solusi yang terbaik dalam memecahkan masalahnya.

7. Langkah-langkah konseling yang ditempuh

- a. Konselor mengawali dengan salam dan attending.
- b. Konselor memberikan pertanyaan terbuka kepada konseli, agar konseli yang lebih dominan dalam proses konseling (*Person Centered*).
- c. Konselor mengarahkan konseli dalam pemilihan alternative pemecahan masalahnya.

8. Evaluasi

a. Hasil yang ingin dicapai

Konseli dapat belajar untuk mulai merubah penampilan, sikap, dan kebiasaannya yang semula tomboy menjadi lebih feminim.

b. Hasil yang telah dicapai

Konseli mampu belajar untuk mulai merubah penampilan, sikap, dan kebiasaannya yang semula tomboy menjadi lebih feminim.

9. Rencana Tindak lanjut

Melaksanakan konseling individu lanjutan untuk melihat sejauh mana perkembangan perubahan yang dilakukan konseli.

Guru Pembimbing

Drs. Heri Prayitno

NIP 19650116 200501 1 002

Yogyakarta, 16 September 2014
Mahasiswa Praktikan

Duha Agusta

NIM 11104241017

LAPORAN KONSELING INDIVIDU

1. Deskripsi Karakteristik Konseli

Nama : P
Jenis Kelamin : Perempuan
Siswa Kelas : X Kayu B
Umur : 15 Tahun
Agama : Islam
Kepribadian : Pendiam

2. Deskripsi Masalah yang Dikeluhkan

P adalah siswa kelas X Kayu B. P mengeluhkan bahwa ia merasa tidak nyaman berada di kelas X Kayu B. Ia merasa tidak bisa konsentrasi belajar saat pelajaran, karena teman-teman laki-laki di kelasnya suka membuat gaduh dan ramai. P mengakui bahwa dia anak yang pendiam, akan tetapi dengan sikap diamnya itu, malah menjadi bahan ejekan oleh teman laki-lakinya. Akhirnya ia menyimpulkan bahwa ia tidak bisa menyatu dan bersosial di kelas dan P merasa tidak betah dan sampai ingin pindah kelas.

3. Kerangka kerja teoretik (Pendekatan yang tepat digunakan)

a. Perspektif pendekatan yang digunakan

Pada masalah ini P menginginkan ketenangan ketika pelajaran dan ingin teman-temannya dapat mengerti dan menerima dirinya di kelas. Dengan demikian pendekatan yang dilakukan adalah dengan pendekatan "*Person Centered Therapy*".

b. Esensi masalah konseli, penyebab dan pemicu masalah

Masalah yang dihadapi konseli adalah ingin teman-teman laki-laki menghargainya dan tidak mengejeknya, juga ingin bisa beradaptasi di kelas.

4. Diagnosis

Konseli ingin kelemahannya yang pendiam tidak menjadi bahan ejekan, dan ingin bisa beradaptasi dengan suasana kelas.

5. Prognosis

Permasalahan ini dapat diatasi jika konseli mampu berusaha untuk belajar beradaptasi dengan lingkungan kelasnya yang mungkin berbeda dengan suasana kelas yang ia idamkan, dan bisa bersikap lebih terbuka dan tidak pendiam.

6. Fokus perhatian atau sasaran konselor dalam membantu konseli

Konselor membantu konseli untuk menginstrospeksi dirinya dan berusaha menjalin hubungan baik dengan teman-temannya, serta beradaptasi dengan lingkungan barunya.

7. Langkah-langkah konseling yang ditempuh
 - a. Konselor mengawali dengan salam dan attending.
 - b. Konselor memberikan pertanyaan terbuka kepada konseli, agar konseli yang lebih dominan dalam proses konseling.
 - c. Konselor mengarahkan konseli dalam pemilihan alternative pemecahan masalahnya.
8. Evaluasi
 - a. Hasil yang ingin dicapai
Konseli ingin agar ia bisa menyesuaikan diri dengan suasana kelas dan teman-temannya dapat merubah sikap ketika pelajaran.
 - b. Hasil yang telah dicapai
Konseli sudah berusaha untuk sedikit demi sedikit mulai terbuka dan berani bersosialisasi (ngobrol) dengan beberapa teman di kelas. Ia juga berusaha untuk beradaptasi dengan suasana kelas yang memang terkadang kurang kondusif ketika pelajaran karena ulah para anak laki-laki yang sering membuat gaduh. Terlebih lagi, ia berani untuk mengingatkan temannya yang membuat gaduh ketika pelajaran dan meminta untuk tenang ketika sedang KBM.
9. Rencana Tindak lanjut
Melaksanakan konseling individu lanjutan untuk memantau perkembangan konseli.

Guru Pembimbing

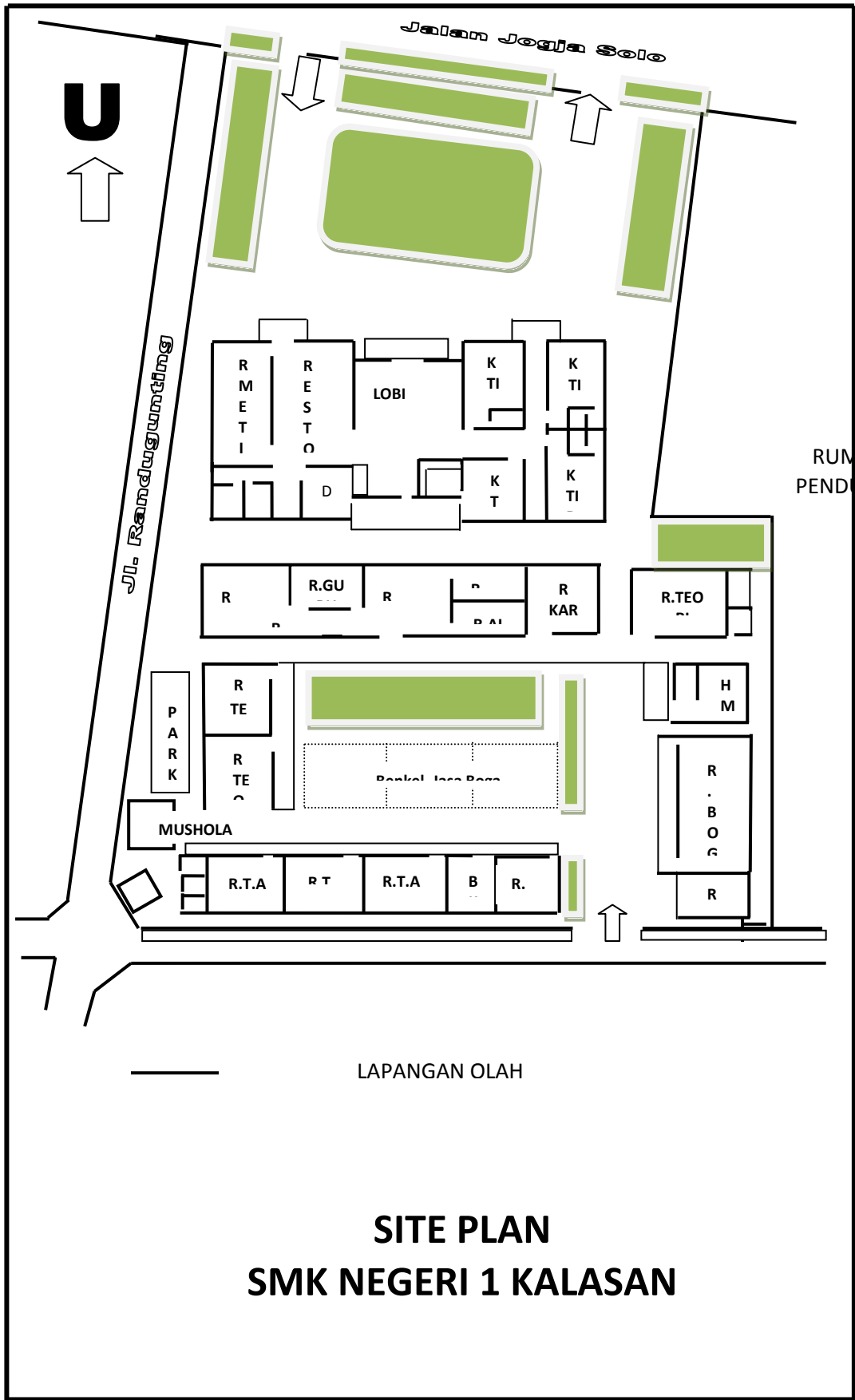
Yogyakarta, 16 September 2014
Mahasiswa Praktikan

Drs. Heri Prayitno
NIP 19650116 200501 1 002

Duha Agusta
NIM 11104241017

LAPORAN KONSELING KELOMPOK

Hari/Tanggal	: Jum'at, 13 September 2014
Durasi	: 60 menit
Data Konseli	: Seluruh Siswa
Kelas	: X Jasa Boga A
Bidang Bimbingan	: Pribadi dan Sosial
Faktor Penyebab	: Merasa suasana kelas dingin dan ada gap yang membuat kelas tidak kompak dan saling menjatuhkan.
Inti Masalah	: Di kelas X Jasa Boga yang mayoritasnya adalah siswa putri awalnya kompak-kompak saja, sampai akhirnya ada dua orang yang mempunyai masalah pribadi dan berubah menjadi masalah seluruh kelas. Hal ini dikarenakan adanya saling bela antara siswa yang satu dengan lainnya yang membuat kelas terbagi menjadi dua kubu. Hal ini dirasa kurang nyaman bagi siswa baik dalam berteman sehari-hari ataupun dalam belajar. Masalah yang dihadapi dikarenakan ada siswa yang merasa tidak terima atas sikap temannya yang mencoba mengganggu hubungan asmara dirinya dengan teman dekatnya.
Kesimpulan	: Dari proses konseling kelompok yang dilakukan oleh praktikan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa mereka akan berusaha saling memaafkan dan menyelesaikan masalah ini tanpa campur tangan wali kelas. Bagi mereka kehadiran praktikan sangat membantu mereka dalam menyelesaikan masalah yang ada di kelas sekarang.



DENAH SMK NEGERI I KALASAN



Lampiran 1 : Surat Keputusan Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Kalasan

No. : 421.5 / 35 / 07 / 14

SEMESTER 1 / GAZAL TAHUN PELAJARAN 2014/2015

No.	N A M A NIP	L/P	GOL/RUANG TMT	JABATAN	NAMA PERGURUAN TINGGI	Mata Pelajaran yang diajarkan sesuai SK	JUMLAH JAM			JUMLAH JAM		KEKU- RANG- AN	KELE- BIHAN	TUGAS TAMBAHAN		KET
							MENGAJAR DI KELAS			PER MINGGU				MACAM TUGAS	JML JAM	
							X	XI	XII	JML						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Drs. TAS'AN ARIEF 19560405 198203 1 003	L	IV/a 01-03-10	GURU MADYA	IAIN WALISONGO Semarang	Pendidikan Agama Islam	6	9	10	25	25	0	0		~	
2	HARYADI, S. Ag 19670416 200312 1 001	L	IV/a 01-10-13	GURU MADYA	IAIM KLATEN	Pend. Agama Islam	6	9	10	25	25	0	0	Kaur ketaqwaan terhadap Tuhan YME/IMTAQ	~	
3	FATIMAH, S. Ag 19690606 199702 2 001	P	IV/a 01-10-10	GURU MADYA	COKROAMINOTO YK	Pend. Agama Islam	15	6	~	21	21	0	0	Tugas Pokok di SMA N 1 Ngemplak	~	
4	Drs. KUSTIYADI	L		GTT	IAIN SUKA YK	Pend. Agama Islam	6	6	~	12	12	0	0		~	
5	G. SUMARDI	L		GTT	PGSLP	Agama Katolik	3	3	2	8	8	0	0		~	
6	PARMONO, S. PAK 19600820 198803 1 007	L	IV/a 01-10-10	GURU MADYA	STAK MARTURIA	Agama Kristen	3	3	2	8	8	0	0	Tugas Pokok di SMP 3 Kalasan	~	
7	BUDI RAHARJO, M.A. 19590828 198803 1 002	L	IV/a 01-10-08	GURU MADYA	BARANES HINDU UNIVERSITY INDIA	Pendidikan Agama Hindu	3	~	~	3	3	0	0	Tugas Pokok di SMP N 3 Depok	~	
8	Drs. MOHAMMAD EFENDI, MM 19620704 199003 1 006	L	IV/a 01-04-03	GURU MADYA	IKIP YK	PKN	~	6	~	6	6	0	0	Kepala Sekolah	~	
9	Drs. HANDOKO PUTRO 19650714 199512 1 004	L	IV/a 01-10-08	GURU MADYA	IKIP YK	PKN	16	4	12	32	32	0	0		~	
10	PURWANA, S.Pd 19661231 199103 1 055	L	IV/a 01-10-11	GURU MADYA	IKIP YK	PKN	~	4	8	12	12	0	0	Waka. Kesiswaan	~	
11	Dra. LAKSMI WIDIHATI 19611206 198903 2 004	P	IV/a 01-10-10	GURU MADYA	IKIP YK	PKN	6	6	~	12	12	0	0	Tugas Pokok di SMA Negeri Depok	~	
12	HARYANA, S.Pd 19561117 198602 1 001	L	IV/a 01-04-05	GURU MADYA	IKIP KLATEN	Bhs.Indonesia	~	12	12	24	24	0	0	Koord. Guru Umum	~	
13	Dra. SRI WARJUNI 19630924 199203 2 008	P	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	IKIP KLATEN	Bhs. Indonesia	~	16	8	24	24	0	0	Urusan Sosial	~	
14	DWI RISTIYANINGSIH, S.Pd.	P		GTT	UAD YK	Bhs. Indonesia	20	12	~	32	32	0	0		~	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
15	ADITYA BUDI PURNOMO, S. Pd	L		GTT	UAD YK	Bhs. Indonesia	24	~	~	24	24	0	0		~	
16	Drs. EDY WIBOWO 19640513 198903 1 006	L	IV/a 01-04-02	GURU MADYA	IKIP YK	Penjasorkes	3	12	10	25	25	0	0		~	
17	EDY NUGRAHA, S.Pd.Jas 19570614 198501 1 002	L	IV/a 01-04-13	GURU MADYA	IKIP YK	Penjasorkes	6	12	10	28	28	0	0	Kaur Kesegaran Jasmani& Ekstrakurikuler	~	
18	ANTON WAHYUDI, S. Pd	L		GTT	IKIP YK	Penjasorkes	24	6	~	30	30	0	0		~	
19	Dra. SUMIYANI 19600530 199103 2 002	P	IV/a 01-10-04	GURU MADYA	ISI YK	Seni Budaya	10	12	10	32	32	0	0		~	
20	Drs. DALIYA	L		CPNS (K2)	IKIP YK	Seni Budaya	12	8	10	30	30	0	0		~	
21	SITI NURHAYATI, S.Pd.M.Hum 19690306 199403 2 010	P	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	IKIP YK	Bhs. Inggris	~	2	10	12	12	0	0	Ka. Lab. Bahasa Kaur. UKS dan PMR	~	
22	Dra. PADMI NIP. 19620302 200103 2 001	P	IV/a 01-10-13	GURU MADYA	UST YK	Bhs. Inggris	14	10	~	24	24	0	0		~	
23	FLORENTINA SRI WARTINI, S.Pd. 19800729 200604 2 011	P	III/d 01-10-13	GURU MUDA	USD YK	Bhs. Inggris	4	4	~	8	8	0	0	Ka. PI (Praktek Industri)	~	
24	SUCI WARIANI, S.Pd 19730717 200604 2 010	P	III/c 01-10-13	GURU MUDA	IKIP YK	Bhs. Inggris	4	~	20	24	24	0	0		~	
25	SUTAMA, S.Pd, M.Hum 19701017 200604 1 003	L	III/c 01-10-13	GURU MUDA	UAD YK	Bhs. Inggris	~	4	20	24	24	0	0	Kaur Presepsi Apresiasi & Kreasi Seni	~	
26	NUR SETYO WIDYANINGSIH, S.Pd 19710623 199503 2 002	P	IV/a 01-10-04	GURU MADYA	UNCEN Jayapura	Matematika	4	8	15	27	27	0	0	Kaur Ketrampilan dan Kewirausahaan	~	
27	MARGONO, S.Pd. 19690702 199903 1 002	L	IV/a 01-10-10	GURU MADYA	IKIP YK	Matematika	4	8	15	27	27	0	0	Upacara Pramuka	~	
28	JUMINI, S.Pd. Si. 19830109 200604 2 013	P	III/c 01-04-12	GURU MUDA	UNY YK	Matematika	12	8	5	25	25	0	0		~	
29	SAD FAJAR NUGROHO, S.Pd. 19751206 200604 1 006	L	III/b 01-04-12	GURU PERTAMA	UAD YK	Matematika	~	12	15	27	27	0	0	Urusan Adm. Pengajaran	~	
30	FENY WIDYASANTI., S.Pd.	P		CPNS (K2)	SARWI YK	Matematika	24	4	~	28	28	0	0		~	
31	YOHANES HARDIYANTA, S. Pd 19590408 198501 1 001	L	IV/a 01-04-02	GURU MADYA	IKIP YK	IPA	~	~	10	10	10	0	0	Urusan PLH	~	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
32	MARTINI, S.Pd 19650707 199001 2 001	P	IV/a 01-04-06	GURU MADYA	IKIP YK	IPA	8	6	10	24	24	0	0	Kaur. UKS dan PMR	~	
33	TUKIRAN 19650912 199103 1 016	L	IV/a 01-04-10	GURU MADYA	IKIP YK	Sejarah Indonesia	12	12	~	24	24	0	0	Urusan Media Pendidikan	~	
34	GUNAWAN AGUS P, SE	L		CPNS (K2)	UNWAMA	Sejarah Indonesia Kewirausahaan	10 8	8 ~	~ ~	18 8	26	0	0		~	
35	SUYUDI, S.Pd.M.T. 19580825 199503 1 001	L	IV/a 01-10-08	GURU MADYA	SARWI YK ITB Bandung	KKPI	~	~	16	16	16	0	0	Urusan Penilaian Ka. Lab. Komputer	~	BK TI
36	YONASMERI ANGGITNANDIKA, S.KOM 19770730 200501 2 006	P	III/d 01-04-13	GURU MUDA	UGM YK	KKPI	~	~	4	4	4	0	0		~	BK TI
37	Dra. JUMRONAH 19580915 199512 2 001	P	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	IKIP YK	Kewirausahaan	8	10	8	26	26	0	0		~	
38	SURAJI, S.Pd 19650323 200701 1 010	L	III/c 01-04-13	GURU MUDA	UNY YK	Kewirausahaan	6	10	12	28	28	0	0		~	
39	RUKINI, S.Pd 19580311 198003 2 004	P	IV/a 01-10-04	GURU MADYA	UST YK	Komp. Kej. Kria Tekstil	3	5	4	12	12	0	0	Ketua Program Keahlian Kria Tekstil	~	
40	QOYYIMAH KHOMSATUN, S.Pd. 19661008 199512 2 006	P	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	SARWI YK	Komp.Kejuruan Kria Tekstil	3	5	4	12	12	0	0	Kepala Bengkel Kriya Tekstil	~	
41	Dra. PUDJI RAHAYUNINGSIH 19581230 198303 2 008	P	IV/a 01-04-01	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruan Kria Tekstil	8	6	10	24	24	0	0		~	
42	Dra. WAHJU WIDOWATI 19641206 199512 2 001	P	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruan Kria Tekstil	9	9	6	24	24	0	0		~	
43	AGNES INDARTI, S.Pd 19660707 199601 2 001	P	IV/a 01-10-07	GURU MADYA	SARWI YK	Komp.Kejuruan Kria Tekstil	8	10	6	24	24	0	0		~	
44	WIDI ARISTARI, S.Pd 19620516 198601 2 002	P	IV/a 01-10-07	GURU MADYA	UST YK	Komp.Kejuruan Kria Tekstil	9	9	6	24	24	0	0		~	
45	WINARNO, S.Pd. 19710507 199802 1 001	L	IV/a 01-10-08	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kej.Kria Tekstil Simulasi Digital	~ 12	~ ~	6 ~	6 12	18	0	0	Ka. Unit Produksi	~	
46	EDY WALUYO, S.Pd 19690320 199602 1 002	L	IV/a 01-10-08	GURU MADYA	SARWI YK	Komp.Kejuruan Kria Tekstil	10	10	4	24	24	0	0		~	
47	Dra. DEWININGSIH 19670315 199601 2 002	P	IV/a 01-04-09	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kej.Kria Tekstil Dasar Dasar Desain	5 4	6 4	6 ~	17 8	25	0	0		~	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
48	UTIK ASTUTIK, S.Pd. 19700707 199802 2 002	P	IV/a 01-10-09	GURU MADYA	IKIP YK	Komp Kej.Kria Tekstil Pengetahuan Bahan	4 4	6 4	6 ~	16 8	24	0	0		~	
49	HENDAR SUHENDAR, S.Pd.M.Ds 19700112 199802 1 004	L	IV/a 01-10-09	GURU MADYA	ITB Bandung	Komp.Kej. kria tekstil Simulasi Digital	~ 15	4 ~	~ ~	4 15	19	0	0	Kepala Perpustakaan	~	
50	TUTIK WAHJUNINGSIH, S.Pd. 19720530 199802 2 001	P	IV/a 01-10-10	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruuan Kria Tekstil	9	10	6	25	25	0	0		~	
51	GUNADI WINARNO, S.Sn 19680217 199503 1 001	L	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	ISI YK	Komp.Kej. Kria Kulit Dasar Dasar Desain	4 2	5 2	6 ~	15 4	19	0	0	Ketua Program Keahlian Kria Kulit	~	
52	SUPRIYADI, S.Pd 19620213 198601 1 003	L	IV/a 01-04-06	GURU MADYA	UST YK	Komp.Kejuruuan Kria Kulit	9	6	6	21	21	0		Kepala Bengkel Kria Kulit	~	
53	Drs. JATMIKA, S.H. 19570219 199512 1 001	L	IV/a 01-10-05	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruuan K.Kulit Pengetahuan Bahan	8 2	9 2	4 ~	21 4	25	0	0	WMM	~	
54	Dra. SRI IRIYANTI 19630325 199603 2 001	P	IV/a 01-10-07	GURU MADYA	SARWI YK	Komp.Kej. Kria Kulit	8	10	6	24	24	0	0		~	
55	MAS SITI DJULAEHA, S.Pd. 19710728 199512 2 001	P	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruuan Kria Kulit	5	10	10	25	25	0	0	Urusan Litbang	~	
56	JUMENO, S.Pd 19600910 198601 1 003	L	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	UST YK	Komp.Kejuruuan Kria Keramik	3	9	~	12	12	0	0	Ketua Program Keahlian Kria Keramik	~	
57	PARYANTO, S.Sn 19690430 199503 1 003	L	IV/a 01-10-07	GURU MADYA	UNS SKA	Komp.Kejuruuan Kria Keramik	3	5	4	12	12	0	0	Kepala Bengkel Kria Keramik	~	
58	Drs. NUR ARWANTO 19550404 199203 1 002	L	IV/a 01-10-05	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruuan Kria Keramik	9	10	6	25	25	0	0		~	
59	WAHONO DWI NUGROHO, S.Sn. 19631004 199601 1 001	L	IV/a 01-10-07	GURU MADYA	ISI YK	Komp.Kej. K.Keramik Dasar Dasar Desain	10 2	6 2	4 ~	20 4	24	0	0		~	
60	SUSANTO HAMIDJOYO, S.Pd. 19690416 199512 1 003	L	IV/a 01-10-08	GURU MADYA	IKIP YK	Kria Keramik Simulasi Digital	18	3 ~	6 ~	9 18	27	0	0		~	
61	Drs. AGUS TARYANA 19640818 199601 1 002	L	IV/a 01-10-08	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kej. K Keramik Pengetahuan Bahan	5 2	3 2	12 ~	20 4	24	0	0		~	
62	NANA TURMONO, S.Pd 19650428 199303 1 006	L	IV/a 01-10-10	GURU MADYA	UST YK	Komp.Kej. K Keramik Simulasi Digital	4 18	4 ~	~ ~	8 18	26	0	0		~	
63	AGUS SURATNO, S.Pd. 19710311 199512 1 002	L	IV/a 01-10-06	GURU MADYA	IKIP YK	Komp Kej.Kria Logam	8	5	4	17	17	0	0	Ketua Program Keahlian Kria Logam	~	
64	Drs. IRIANTO 19631220 199603 1 003	L	IV/a 01-04-09	GURU MADYA	ISI Yogyakarta	Komp Kej.Kria Logam Dasar Dasar Desain	5 2	9 2	6 ~	20 4	24	0	0	Ka.bengkel Kriya Logam	~	
65	AL. SULISTYANTA, S.Pd. 19610503 198601 1 001	L	IV/a 01-04-03	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruuan Kria Logam	4	10	10	24	24	0	0	Urusan Pameran	~	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
66	Drs. SUTARYANA 19630424 199503 1 003	L	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	ISI YK	Komp Kej.Kria Logam Pengetahuan Bahan	8 2	6 2	6 ~	20 4	24	0	0	Kaur Oganisasi Politik & Kepemimpinan	~	
67	Drs. WIHANDONO 19640207 199512 1 004	L	III/d 01-04-08	GURU MUDA	IKIP YK	Komp.Kejuruhan Kria Logam	9	10	6	25	25	0	0		~	
68	AGUS WINARDI, S.Sn 19640823 199802 1 001	L	IV/a 01-10-09	GURU MADYA	ISI YK	Komp Kej.Kria Kayu	9	5	6	20	20	0	0	Ketua Program Keahlian Kriya Kayu	~	
69	SUDARYONO, S.Pd. 19680706 199512 1 003	L	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	IKIP YK	Komp Kej. Kria Kayu	8	10	6	24	24	0	0	Kepala Bengkel Kriya Kayu	~	
70	Drs. JAKA SURIPTA 19630804 199103 1 007	L	IV/b 01-04-13	GURU MADYA	ISI YK	Komp.Kejuruhan Kria Kayu	4	4	4	12	12	0	0	Waka. Humas-Hubin	~	
71	Drs. GUNARDI 19540806 198903 1 005	L	IV/a 01-10-01	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kejuruhan Kria Kayu	8	11	6	25	25	0	0		~	
72	Drs. SINGKIRNO 19680209 199512 1 001	L	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	IKIP YK	Komp.Kej. Kria Kayu Pengetahuan Bahan	7 4	5 4	4 ~	16 8	24	0	0	Pengelola Barang	~	
73	Drs. SATRIO AGUNG WIBOWO 19611201 199503 1 001	L	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	UNS SKA	Komp.Kejuruhan Kria Kayu	3	5	6	14	14	0	0	Waka. Sarana Prasarana	~	
74	Drs. UNANG HERNA SUSANTA 19650710 199303 1 018	L	IV/a 01-04-06	GURU MADYA	ISI YK	Komp.Kej. Kria Kayu Dasar Dasar Desain	5 4	6 4	6 ~	17 8	25	0	0		~	
75	YUSUF SUPRIYANTO, S.Pd. 19710320 199512 1 003	L	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	UNS SKA	Komp Kej. Kria Kayu	~	6	6	12	12	0	0	Waka Kurikulum	~	
76	YOSEP SAMIDI, S.Pd 19610918 198903 1 005	L	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	UST YK	Komp.Kejuruhan Kria Kayu	10	10	4	24	24	0	0		~	
77	MARGONO, S.Pd. 19580721 198703 1 001	L	IV/a 01-10-13	GURU MADYA	UST YK	Komp.Kejuruhan Kria Kayu	9	9	6	24	24	0	0		~	
78	BAMBANG SUGENG W, S.Pd. 19650101 199512 1 001	L	IV/a 01-04-07	GURU MADYA	SARWI YK	Komp Kej. Kria Kayu	5	9	10	24	24	0	0	Urusan Bangunan/Perabot Urusan MR Peralatan	~	
79	SURYANTI, S.Pd 19631126 199203 2 004	P	IV/a 01-10-07	GURU MADYA	STKIP Catur Sakti	Akom. Perhotelan Pengantar Pariwisata	17 2	~ ~	6 ~	23 2	25	0	0	Ketua Program Keahlian Akomodasi Perhotelan	~	
80	Dra. HERASWATI YUNIASTUTI, M.MPar 19660615 199601 2 001	P	IV/a 01-04-08	GURU MADYA	IKIP YK	Akom. Perhotelan	~	20	6	26	26	0	0	Kepala Bengkel Akomodasi Perhotelan	~	
81	HARTINI, S.E.M.M. 19720222 200801 2 007	P	III/b 01-04-12	GURU PERTAMA	UAD YK	Akom. Perhotelan Pengantar Pariwisata	17 2	~ ~	6 ~	23 2	25	0	0		~	
82	SUNARTA, S.ST.Par	L		GTT	STP AMPTA YOGYAKARTA	Akomodasi Perhotelan	~	14	10	24	24	0	0		~	
83	WINA AFRIDAWATI, S.E.	P		GTT	Politeknik API YK	Akom.Perhotelan Pengantar Pariwisata	~ ~	14 2	8 ~	22 2	24	0	0		~	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
84	DWI HENI HASTUTI, S.ST.Par	P		GTT	STP SAHID SURAKARTA	Akom.Perhotelan Pengantar Pariwisata	~ ~	20 2	8 ~	28 2	30	0	0		~	
85	MEGAS BUDI HARTOYO, S.Pd.	L		GTT	POLITEKNIK API YK	Akom.Perhotelan Pengantar Pariwisata	8 ~	6 2	8 ~	22 2	24	0	0		~	
86	BEKTI PURNAMA	L		GTT	POLITEKNIK API YK	Akomodasi Perhotelan	9	~	~	9	9	0	0		~	
87	YULI ERNAWATI, S. Sos.	P		GTT	UPN YK	Akom.Perhotelan	14	6	6	26	26	0	0		~	
88	SITI USWATUN KHASANAH, S.Pd 19781030 200801 2 009	P	III/b 01-04-12	GURU PERTAMA	UNY YK	Jasa Boga	4	15	6	25	25	0	0	Ketua Program Keahlian Jasa Boga	~	
89	SRI IRIYANTI, S.Pd.T 19630506 198601 2 001	P	IV/a 01-10-10	GURU MADYA	UNY YK	Jasa Boga	16	8	~	24	24	0	0	Kepala Bengkel Jasa Boga	~	
90	Dra. M. Th. WULANINGTYAS 19601226 198703 2 005	P	IV/a 01-10-01	GURU MADYA	IKIP YK	Jasa Boga	14	5	8	27	27	0	0		~	
91	Dra. DWI LESTARI IRIANI 19640801 198903 2 009	P	IV/a 01-10-01	GURU MADYA	IKIP YK	Jasa Boga	14	7	8	29	29	0	0		~	
92	NURUL HASBIANA, S.Pd.	P		GTT	UNY YK	Jasa Boga Pengantar Pariwisata	16 4	5 ~	2 ~	23 4	27	0	0		~	
93	WIDYOWATI, S.S 19780419 201001 2 008	P	III/a 01-12-11	GURU PERTAMA	Univ.Sebelas Maret Surakarta	Bahasa Jawa	11	10	10	31	31	0	0		~	

Pengawas Dinas Dikpora Kabupaten Sleman

Dra. SRI RAHAYU
NIP. 19630821 199103 2 003

Kalasan, 12 Juli 2014
Kepala Sekolah

Drs. MOHAMMAD EFENDI, M.M.
NIP. 19620704 199003 1 006

JADWAL TUGAS GURU
SEMESTER DUA TAHUN PELAJARAN 2014/2015
NAMA GURU : Drs. Heri Prayitno. NO KODE GURU : 100
JUMLAH JAM : 6 / MINGGU

JAM KE	SENIN			JAM KE	SELASA			JAM KE	RABU			JAM KE	KAMIS			JAM KE	JUM'AT			JAM KE	SABTU		
	KL	MATA PELAJARAN	R		KL	MATA PELAJARAN	R		KL	MATA PELAJARAN	R		KL	MATA PELAJARAN	R		KL	MATA PELAJARAN	R		KL	MATA PELAJARAN	R
	UPACARA , BRIFING															JUM'AT BRSH/TAQWA							
1				1											1	XI Kayu B	BK	7					
2	XII AP B	BK	19/B	2											2								
3				3											3								
4				4				X Log	BK	15					4	X JB A	BK	21					
	ISTIRAHAT				ISTIRAHAT			ISTIRAHAT			ISTIRAHAT				ISTIRAHAT			ISTIRAHAT					
5				5				X Kayu B	BK	17					5								
6				6											6								
7				7											7								
8					ISTIRAHAT			ISTIRAHAT			ISTIRAHAT			8									
				8																			
				9								XII TA	BK	1									

Kalasan, 12 Juli 2014
Kepala SMK Negeri 1 Kalasan

Drs. MOHAMMAD EFENDI, MM
NIP.19620704 199003 1 006

KALENDER PENDIDIKAN SMK NEGERI 1 KALASAN TAHUN PELAJARAN 2014/2015

	JULI 2014					AGUSTUS 2014					SEPTEMBER 2014					OKTOBER 2014							
MINGGU		6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	26		
SENIN		7	14	21	28		4	11	18	25	1	8	15	22	29		6	13	20	27			
SELASA	1	8	15	22	29		5	12	19	26	2	9	16	23	30		7	14	21	28			
RABU	2	9	16	23	30		6	13	20	27	3	10	17	24		1	8	15	22	29			
KAMIS	3	10	17	24	31		7	14	21	28	4	11	18	25		2	9	16	23	30			
JUM'AT	4	11	18	25		1	8	15	22	29	5	12	19	26		3	10	17	24	31			
SABTU	5	12	19	26		2	9	16	23	30	6	13	20	27		4	11	18	25				
	NOVEMBER 2014					DESEMBER 2014					JANUARI 2015					PEBRUARI 2015							
MINGGU		2	9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22		
SENIN		3	10	17	24		1	8	15	22	29		5	12	19	26	2	9	16	23			
SELASA		4	11	18	25		2	9	16	23	30		6	13	20	27	3	10	17	24			
RABU		5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28	4	11	18	25			
KAMIS		6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29	5	12	19	26			
JUM'AT		7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30	6	13	20	27			
SABTU	1	8	15	22	29		6	13	20	27		3	10	17	24	31	7	14	21	28			
	MARET 2015					APRIL 2015					MEI 2015					JUNI 2015							
MINGGU		1	8	15	22	29		5	12	19	26		1	3	10	17	24	31		7	14	21	28
SENIN		2	9	16	23	30		6	13	20	27	2	4	11	18	25	1	8	15	22	29		
SELASA		3	10	17	24	31		7	14	21	28	3	5	12	19	26	2	9	16	23	30		
RABU		4	11	18	25		1	8	15	22	29	4	6	13	20	27	3	10	17	24			
KAMIS		5	12	19	26		2	9	16	23	30	5	7	14	21	28	4	11	18	25			
JUM'AT		6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	5	12	19	26			
SABTU		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27			
	JULI 2014																						
MINGGU		5	12	19	26																		
SENIN		6	13	20	27																		
SELASA		7	14	21	28																		
RABU	1	8	15	22	29																		
KAMIS	2	9	16	23	30																		
JUM'AT	3	10	17	24	31																		

- PPDB (1-7 Juli 2014)
- Libur semester
(22 Des s.d 3 Jan 2015, 29 Juni s.d. 11 Juli 2015)
- Hari pertama masuk sekolah (14-16 Juli 2014)
(MOS dan Pendidikan Karakter)
- Libur awal/akhir Ramadhan dan Idul Fitri
(21 Juli sd 5 Agustus 2014)
- Tahun Baru Hijriah (25 Okt 2014)
Hari Natal (25 Des 2014)
- Tahun Baru Masehi (1 Jan 2015)
- Hari Guru Nasional (25 Nopember)
- Penerimaan Raport (20 Des. 2014, 27 Juni 2015)
- Ujian Nasional (13 - 16 April 2015)
- Unas Susulan (20 - 23 April 2015)
- Ujian Sekolah (30 Maret - 6 April 2015)
- Ujian Praktik (23-28 Maret 2015)
- Ulangan akhir semester (1-9 Des. 2014)
Ul. tengah semester (6-14 Okt 14, 2-10 Mrt 15)
Ulangan kenaikan kelas (8-16 Juni 2015)
- Hardiknas (2 Mei 2015)
- Ulang tahun SMK N 1 Kalasan (26 Okt.2014)

Keterangan :

- | | | | |
|---------------------------------|--|---|----------------------------|
| 1. 1 - 7 Juli 2014 | : PPDB | 17. 16 - 28 Februari 2015 | : Uji Kompetensi Produktif |
| 2. 14 s.d. 16 Juli 2014 | : Hari pertama masuk sekolah / MOS | 18. 2 - 10 Maret 2015 | : Ulangan Tengah Semester |
| 3. 21 s.d. 26 Juli 2014 | : Hari libur akhir Ramadhan | 19. 23 - 28 Maret 2015 | : Usek Praktik |
| 4. 28, 29 Juli 2014 | : Hari Raya Idhul Fitri | 20. 30 Maret s.d. 6 April 2014 | : Usek Tulis |
| 5. 30 juli s.d. 5 Agustus 2014 | : Hari Libur IdhulFitri | 21. 13 - 16 April 2015 | : Unas Utama |
| 6. 17 Agustus 2014 | : HUT RI | 22. 20 - 23 April 2015 | : Unas Susulan |
| 7. 5 Oktober 2014 | : Hari Raya Idhul Adha | 23. 2 Mei 2015 | : Hardiknas |
| 8. 7 Oktober 2014 | : Qurban | 24. 15 Mei 2015 | : Hari Jadi Kab. Sleman |
| 9. 25 Oktober 2014 | : Tahun Baru Hijriyah | 25. 8 - 16 Juni 2015 | : Ulangan Kenaikan Kelas |
| # 6 s.d. 14 Oktober 2014 | : Ulangan Tengah Semester | 27. 27 Juni 2015 | : Pembagian Raport |
| 11 26 Oktober 2014 | : Ulang Tahun Hari jadi SMK Negeri 1 Kalasan | 28. 29 Juni s.d. 11 Juli 2015 | : Libur Kenaikan Kelas |
| 12 25 November 2014 | : Hari Guru Nasional | 29. Keterangan Libur Umum Pemkab Sleman: | |
| 13 1 s.d. 9 Desember 2014 | : Ulangan Akhir Semester | Hari Idul Fitri/Adha, HUT RI, Tahun Baru Hijriah, Hari Guru Nasional, Hari Natal, Tahun Baru Masehi, Hari | |
| 14 20 Desember 2014 | : Pembagian Raport | | |
| 15 22 Des. 2014 s.d. 3 Jan 2015 | : Libur Akhir Semester | 30. Keterangan Libur yang mengiuti Kalender Nasional : | |
| 16 5 Januari 2015 | : Pembagian Tugas Guru | Maulud Nabi, Tahun Baru Imlek, Hari Raya Nyepi, Wafatnya Yesus K, Kenaikan Yesus K, Hari Waisak | |

JUMLAH MINGGU EFEKTIF :

Semester 1		Semester 2	
Juli	1	Januari	4
Agustus	3	Februari	4
September	4	Maret	3
Oktober	4	April	2
November	4	Mei	5
Desember	1	Juni	1
Minggu Efektif	17	Minggu Efektif	19

Kalasan, 12 Juli 2014
Kepala SMK Negeri 1 Kalasan



Drs. MOHAMMAD EFENDI, MM
NIP. 19620704 199003 1 006

Kegiatan ekstrakurikuler pramuka dilaksanakan setiap hari Ju'mat
Kegiatan ekstrakurikuler yang lain menyesuaikan
Pertemuan Komite Sekolah menyesuaikan kondisi

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Motivasi Diriku
- B. Bidang Bimbingan : Belajar
- C. Fungsi Layanan : Preventif
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengenali motivasi mereka untuk belajar yang berasal dari dalam diri
 - b. Siswa dapat menemukan motivasi belajar mereka berasal dari lingkungan mereka
 - c. Motivasi belajar siswa terus meningkat
- F. Metode Layanan : Refleksi Pribadi dan Diskusi Kelompok
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas X
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Format materi untuk refleksi
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa. Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan. Pembimbing juga membagikan lembar refleksi materi yang akan digunakan. Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

- c. Kegiatan Akhir
Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.
- N. Evaluasi :
- a. Evaluasi Hasil
1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
 2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.
- b. Evaluasi Proses
1. Kesesuaian program dengan jadwal
 2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
 3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
 4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
 5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan
- O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok
- P. Catatan Khusus :
- Q. Refrensi : Sean Covey. *The 7 Habits of Highly Effective Teens*

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

NIP : 19650616 200501 1 002

Duha Agusta

NIM : 11104241017

LEMBAR REFLEKSI SISWA

NAMA	
KELAS	
NOMOR ABSEN	

INILAH MOTIVASI DIRIKU!

1. Ingat-ingat siapa yang berpengaruh dalam hidupmu. Kualitas apakah yang dimiliki orang tersebut yang ingin kamu kembangkan?

- a)alasan.....
.....
- b)alasan.....
.....
- c)alasan.....
.....
- d)alasan.....
.....
- e)alasan.....
.....

2. Bayangkan 20 tahun lagi kamu dikelilingi oleh orang-orang terpenting dalam hidupmu. Siapa sajakan mereka dan apa yang kamu kerjakan untuk mereka?

- a)
- b)
- c)
- d)

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

e)

.....

3. Kalau ada sebatang baja yang lebarnya 30 cm, diletakkan dia antara dua gedung pencakar langit, demi apakah kamu bersedia menyebranginya? Uang satu juta? HP? Orang tuamu? Pendidikanmu? Ketenaranmu? Renungkanlah dengan seksama.

.....

Karena.....

.....

.....

4. Kalau kamu bisa menghabiskan waktu satu hari di sebuah perpustakaan besar, mempelajari apapun sesukamu, apakah yang akan kamu pilih?

.....

Karena.....

.....

.....

5. Sebutkan 10 hal yang kamu senang lakukan. Mungkin nyanyi, menari, baca, melukis, membaca, melamun.... apapun yang pokoknya kamu senang lakukan!

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)

6. Gambarkanlah sesuatu saat kamu benar-benar merasa terinspirasi.

.....

.....

.....

.....

7. Lima tahun lagi, surat kabar setempatmu meliput kisah tentang kamu dan mereka ingin mewawancarai tiga orang, orangtua, saudara, dan teman. Kamu ingin mereka bilang apa tentang kamu?

Orang tua.....

.....

Saudara.....

.....

Teman.....

.....

8. Bayangkan sesuatu yang mewakili kamu. Setangkai mawar, lagu, hewan? Lalu mengapa hal itu mewakilimu?

.....

Karena.....

.....

.....

.....

9. Kamu bisa melewatkan waktu satu jam dengan siapapun, siapakah yang akan kamu pilih? Mengapa dia? Apa yang akan kamu tanyakan atau bicarakan dengannya?

.....

Karena.....

.....

Yang saya bicarakan/ tanyakan dengannya.....

.....

.....

10. Tulislah sebanyak mungkin kelebihan yang ada pada dirimu!

a)

b)

c)

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

- d)
- e)
- f)
- g)
- h)
- i)
- j)

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Pohon Impian
- B. Bidang Bimbingan : Karir
- C. Fungsi Layanan : Orientasi
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui mimpi dan cita-citanya
 - b. Siswa dapat mengetahui langkah yang harus dilakukan untuk meraih cita-citanya
 - c. Siswa memiliki keberanian untuk mengungkapkan cita-citanya
 - d. Siswa memiliki rasa optimis untuk meraih cita-citanya
- F. Metode Layanan : Expressive Writing
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas X
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Kertas, bolpoin, spidol
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan

dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

c. Kegiatan Akhir

Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.

N. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.

b. Evaluasi Proses

1. Kesesuaian program dengan jadwal
2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan

O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok

P. Catatan Khusus :

Q. Refrensi :

<http://amazonise.wordpress.com/2012/02/08/tips-7-cara-agar-tetap-optimis-menghadapi-mesa-masa-sulit/>

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

Membangun Optimisme Lewat Pohon Mimpiku

Optimis merupakan perasaan yakin terhadap sesuatu yang baik akan terjadi yang memberi harapan positif serta menjadi pendorong untuk berusaha ke arah kemajuan atau kejayaan.

Simulasi :

1. Konselor membagikan kertas “POHON MIMPIKU”
2. Konselor memberikan apersepsi terkait POHON MIMPIKU
3. Siswa mengisi POHON MIMPIKU
4. Waktu yang diperlukan 15-25 menit

Inti dari kegiatan yang dilakukan :

1. Siswa sharing dan berdiskusi terkait POHON MIMPIKU kepada siswa lain
2. Siswa mengetahui langkah yang akan dilakukan untuk mencapai mimpinya

Keterangan :

1. Akar : Alasan yang mendasari mimpi
2. Batang : Usaha yang dilakukan
3. Daun di pohon : Mimpi yang diharapkan tercapai
4. Buah : Mimpi yang telah tercapai
5. Daun yang jatuh : Hambatan dalam mencapai mimpi

BERIKUT INI ADALAH HAL PENTING UNTUK TETAP OPTIMIS :

1. Selalu bersyukur, apapun masalahmu

Ini adalah hal terpenting, aku ulangi, TERPENTING untuk dilakukan dalam setiap situasi yang kamu alami. Biasanya, jauh lebih mudah untuk menemukan 1000 alasan untuk mengeluh, untuk merasa depresi, atau yang lebih buruk, untuk bunuh diri

dibandingkan satu alasan untuk merasa bersyukur di masa yang sulit (oke, mungkin, itu agak sedikit hiperbolik, tetapi dasarnya benar). Jika masih sulit untuk dilakukan, cukup lihatlah sekitarmu, tontonlah TV, atau carilah di internet. Temukan 10 orang yang memiliki kondisi jauh lebih buruk daripada kamu. Aku berani bertaruh kamu dapat menemukannya dengan mudah. Lalu apa poinnya? Poinnya adalah KAMU tidak sendiri.

2. Ingatlah semua memori positif di masa lalu, jangan buang waktumu dengan mengeluh di saat sekarang, dan fokuslah terhadap masa depanmu

Judul di atas sudah berkata segalanya. Masa sekarang akan menjadi masa lampau satu detik dari sekarang, dan masa depan akan menjadi masa lampau satu detik sesudahnya. Apakah kamu ingin membuat memori positif yang lain dengan melakukan hal yang positif atau hari-hari yang suram dengan terus mengeluh? Terserah anda, teman

3. Selalu mengingat bahwa manusia cenderung lebih kreatif saat berada di bawah tekanan

Itu tergantung masing-masing orang. Jika seseorang dapat mengatasi rasa putus asa, biasanya mereka akan mencoba banyak cara yang kreatif untuk menjadikan hidup lebih baik. Itu bisa berarti cara yang positif atau negatif. Cara yang positif adalah cara untuk mencapai kebahagiaan jangka panjang. Sedangkan cara negatif adalah cara untuk mencapai kebahagiaan jangka pendek. Hindari cara-cara yang negatif, karena itu sama dengan menggali kuburmu sendiri. Kesimpulannya adalah, semakin optimis dirimu, semakin kreatif juga dirimu nantinya. Dengan kata lain, kamu dapat menemukan ide-ide bagus saat kamu berada dalam masalah. Optimislah!

4. Baca cerita-cerita tentang orang-orang yang melalui masa sulit dan menjadi orang sukses

Baca cerita mereka dan pelajarilah apa yang mereka lakukan untuk mengatasi masalah. Kamu akan mendapatkan banyak wawasan dari situ. Tetapi, jangan cuma

bersemangat sebentar setelah kamu membaca. Latihlah itu di hidupmu dan kamu akan memiliki hidup yang jauh lebih baik.

5. Tetap tenang, jangan panik

Seorang yang panik cenderung membuat segalanya semakin buruk. Rebahkan badanmu, tutup matamu dan ambil napas dalam-dalam. Dengan melakukan ini, tubuhmu akan menurunkan kadar hormon stress, kortisol dan adrenalin. Kamu akan merasa tenang.

6. Lakukan hal-hal yang kamu suka

Tentu saja kamu memiliki hobi atau sesuatu yang kamu senang lakukan. Aku menyarankan kamu melakukannya! Itu akan sangat menolongmu untuk membuat pikiranmu rileks. Jangan biarkan masalahmu menindasmu.

7. Tetap berdoa

Manusia memiliki batas. Jika kamu merasa kamu tidak bisa melakukan apa-apa lagi. Hal terbaik yang perlu dilakukan adalah berdoa. Berharaplah Tuhan akan membukakan jalan karena kamu sudah berusaha sekuat tenaga.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Membangun Konsep Diri
- B. Bidang Bimbingan : Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pengembangan
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui pemahaman yang baik tentang potensi, kelebihan, maupun kekurangannya.
 - b. Siswa dapat mengetahui dan paham *perlunya* pemahaman potensi diri serta sikap percaya pada diri sendiri
 - c. Siswa dapat mengaplikasikan sikap konsep diri yang baik dalam kehidupan sehari-hari terutama di sekolah
- F. Metode Layanan : Ceramah dan Diskusi
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Laptop, LCD, power point slide
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

c. Kegiatan Akhir

Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.

N. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.

b. Evaluasi Proses

1. Kesesuaian program dengan jadwal
2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan

O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok

P. Catatan Khusus :

A. Refrensi : Yulia Gusti Rahmi. 2012.

<http://yuliagustirahmi.blogspot.com> Diakses pada 13/03/2014 1:25 WIB. Tersedia

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Augusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

a. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri dapat didefinisikan secara umum sebagai keyakinan, pandangan atau penilaian seseorang terhadap dirinya. Definisi yang lebih rinci lagi adalah sebagai berikut: Konsep diri adalah keyakinan yang dimiliki individu tentang atribut (ciri-ciri sifat) yang dimiliki (Brehm dan Kssin, 1993). Atau juga diartikan sebagai pengetahuan dan keyakinan yang dimiliki individu tentang Karakteristik dan ciri-ciri pribadinya (Worchel, 2000).

Definisi lain menyebutkan bahwa Konsep diri merupakan semua perasaan dan pemikiran seseorang mengenai dirinya sendiri. Hal ini meliputi kemampuan, karakter diri, sikap, tujuan hidup, kebutuhan dan penampilan diri. Konsep diri adalah pandangan dan perasaan individu tentang dirinya sendiri yang dapat bersifat psikologis, sosial dan fisik (Brooks).

Menurut para ahli :

- 1) Seifert dan Hoffnung (1994), misalnya, mendefinisikan konsep diri sebagai “suatu pemahaman mengenai diri atau ide tentang konsep diri.“.
- 2) Santrock (1996) menggunakan istilah konsep diri mengacu pada evaluasi bidang tertentu dari konsep diri.
- 3) Atwater (1987) menyebutkan bahwa konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya.
- 4) Menurut Burns (1982), konsep diri adalah hubungan antara sikap dan keyakinan tentang diri kita sendiri. Sedangkan Pamily (dalam Atwater, 1984), mendefinisikan konsep diri sebagai sistem yang dinamis dan kompleks diri keyakinan yang dimiliki seseorang tentang dirinya, termasuk sikap, perasaan, persepsi, nilai-nilai dan tingkah laku yang unik dari individu tersebut.
- 5) Cawagas (1983) menjelaskan bahwa konsep diri mencakup seluruh pandangan individu akan dimensi fisiknya, karakteristik pribadinya, motivasinya, kelemahannya, kelebihanannya atau kecakapannya, kegagalannya, dan sebagainya.

- 6) Stuart dan Sudeen (1998), konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah cara seseorang untuk melihat dirinya secara utuh dengan semua ide, pikiran, kepercayaan, dan pendirian yang diketahui individu dalam berhubungan dengan orang lain.

b. Jenis- Jenis Konsep Diri

Menurut William D. Brooks bahwa dalam menilai dirinya seseorang ada yang menilai positif dan ada yang menilai negatif. Maksudnya individu tersebut ada yang mempunyai konsep diri yang positif dan ada yang mempunyai konsep diri yang negative.

1) Tanda-tanda individu yang memiliki konsep diri yang positif adalah :

- a) Yakin akan kemampuan dalam mengatasi masalah. Orang ini mempunyai rasa percaya diri sehingga merasa mampu dan yakin untuk mengatasi masalah yang dihadapi, tidak lari dari masalah, dan percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.
- b) Merasa setara dengan orang lain. Ia selalu merendah diri, tidak sombong, mencela atau meremehkan siapapun, selalu menghargai orang lain.
- c) Menerima pujian tanpa rasa malu. Ia menerima pujian tanpa rasa malu tanpa menghilangkan rasa merendah diri, jadi meskipun ia menerima pujian ia tidak membanggakan dirinya apalagi meremehkan orang lain.
- d) Mampu memperbaiki karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian tidak disenangi dan berusaha mengubahnya. Ia mampu untuk mengintrospeksi dirinya sendiri sebelum menginstrospeksi orang lain, dan mampu untuk mengubahnya menjadi lebih baik agar diterima di lingkungannya.

c. Tanda-Tanda individu yang memiliki konsep diri negatif adalah :

- 1) Peka terhadap kritik. Orang ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya dan mudah marah atau naik pitam, hal ini berarti dilihat dari faktor yang mempengaruhi dari individu tersebut belum dapat mengendalikan emosinya, sehingga kritikan dianggap sebagai hal yang salah. Bagi orang seperti ini koreksi sering dipersepsi

- sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Dalam berkomunikasi orang yang memiliki konsep diri negatif cenderung menghindari dialog yang terbuka, dan bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan berbagai logika yang keliru.
- 2) Cenderung bersikap hiperkritis. Ia selalu mengeluh, mencela atau meremehkan apapun dan siapapun.
 - 3) Cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain.
 - 4) Bersikap pesimis terhadap kompetisi. Hal ini terungkap dalam keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia akan menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

d. Konsep Diri dan Prestasi Sekolah

Konsep diri merupakan seperangkat instrument pengendali mental dan karenanya mempengaruhi kemampuan berpikir seseorang. Gunawan (2005) menyebutkan bahwa seseorang yang mempunyai konsep diri positif akan menjadi individu yang mampu memandang dirinya secara positif, berani mencoba dan mengambil resiko, selalu optimis, percaya diri, dan antusias menetapkan arah dan tujuan hidup. Terkait dengan pencapaian akademik, hasil-hasil penelitian yang dilakukan oleh Shupe dan Yager (2005) dan Yeung dan Marsh dalam O'Mara dkk (2006) menunjukkan bahwa konsep diri dan pencapaian akademik siswa adalah dua hal yang saling mempengaruhi. Hasil-hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa dalam berbagai tingkatan mulai dari sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi, seseorang dengan konsep diri yang positif cenderung memiliki pencapaian akademik yang lebih baik.

Bagaimakah sebenarnya konsep diri dapat mempengaruhi pencapaian akademik seseorang? Atau sebaliknya, bagaimanakah pencapaian akademik mempengaruhi konsep diri seseorang? Tripp Jr (2003), Shupe dan Yager (2005) mengemukakan bahwa seseorang dengan konsep diri positif akan mempunyai kemampuan interpersonal dan intrapersonal yang baik pula, yang memungkinkan untuk melakukan evaluasi secara obyektif terhadap dirinya sendiri.

e. Langkah-Langkah Mempertahankan Konsep Diri

- 1) Bersikap obyektif dalam mengenali diri sendiri
Jangan abaikan pengalaman positif atau pun keberhasilan sekecil apapun yang pernah dicapai. Lihatlah talenta, bakat dan potensi diri dan carilah cara dan

kesempatan untuk mengembangkannya. Janganlah terlalu berharap bahwa Anda dapat membahagiakan semua orang atau melakukan segala sesuatu sekaligus. *“You can’t be all things to all people, you can’t do all things at once, you just do the best you could in every way....”*

2) Hargailah diri sendiri

Tidak ada orang lain yang lebih menghargai diri kita selain diri sendiri. Jikalau kita tidak bisa menghargai diri sendiri, tidak dapat melihat kebaikan yang ada pada diri sendiri, tidak mampu memandang hal baik dan positif terhadap diri, bagaimana kita bisa menghargai orang lain dan melihat hal baik yang ada dalam diri orang lain secara positif. Jikalau kita tidak bisa menghargai orang lain, bagaimana orang lain bisa menghargai diri kita ??

3) Jangan memusuhi diri sendiri

Peperangan terbesar dan paling melelahkan adalah peperangan yang terjadi dalam diri sendiri. Sikap menyalahkan diri sendiri secara berlebihan merupakan pertanda bahwa ada permusuhan dan peperangan antara harapan ideal dengan kenyataan diri sejati (*real self*). Akibatnya, akan timbul kelelahan mental dan rasa frustrasi yang dalam serta makin lemah dan negatif konsep dirinya.

4) Berpikir positif dan rasional

“We are what we think. All that we are arises with our thoughts. With our thoughts, we make the world” (The Buddha).

Jadi, semua itu banyak tergantung pada cara kita memandang segala sesuatu, baik itu persoalan maupun terhadap seseorang. Jadi, kendalikan pikiran kita jika pikiran itu mulai menyesatkan jiwa dan raga.

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa langkah membangun konsep diri adalah

- 1) Belajar menyukai diri sendiri atau cinta diri sendiri
- 2) Kembangkan pikiran positive thinking
- 3) Hubungan interpersonal harus dibina dengan baik
- 4) Pro-aktif atau sikap yang aktif menuju yang positive
- 5) Menjaga keseimbangan hidup

f. Manfaat Ideal Diri Dan Citra Diri

1) Rasa Percaya Diri

Bila anda mengetahui potensi diri anda, maka anda akan lebih percaya diri, dan inilah kunci utama keberhasilan seseorang.

2) Semangat dan Gairah Hidup

Kalau anda mengetahui potensi diri anda, anda akan hidup lebih bersemangat dan penuh gairah.

3) Keberanian

Ketika rasa percaya diri itu tumbuh, anda akan berani merealisasikan apa yang telah menjadi tujuan dan sasaran hidup anda. Anda akan berani mengambil resiko.

4) Kebebasan

Ketika anda telah menemukan potensi diri serta merasa percaya diri, anda akan merasa hidup lebih bebas, bebas dari ketakutan dan keraguan.

5) Harga Diri (*Self-Esteem*)

Bila anda menerima keberadaan diri anda, menerima kelebihan maupun kekurangan diri anda, anda akan mencintai diri anda. Rasa cinta pada diri sendiri inilah yang menjadi landasan untuk menjadi diri sendiri. Dan ketika anda mampu menjadi diri sendiri, maka self-esteem anda akan meningkat.

6) Kedamaian dan Kebahagiaan

Dengan menemukan siapa diri anda – menemukan citra-citra yang memadai, realistik dan positif – pintu kebebasan terbuka untuk anda, dimana anda akan bisa merasakan kedamaian dan kebahagiaan. Anda bisa bahagia dengan keberadaan diri anda sendiri.

7) Keberhasilan dalam hidup

Kunci keberhasilan dalam hidup adalah percaya pada diri sendiri, untuk mempercayai diri sendiri, kita perlu menggali dari dalam diri untuk menemukan potensi diri yang tersembunyi.

Dengan membangun citra diri yang memadai, realistik dan positif, sesungguhnya anda membangun jalan keberhasilan diri anda sendiri.

g. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Burns (1993) menyebutkan bahwa secara garis besar ada lima faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri, yaitu :

- 1) citra fisik, merupakan evaluasi terhadap diri secara fisik.
- 2) bahasa, yaitu kemampuan melakukan konseptualisasi dan verbalisasi.
- 3) umpan balik dari lingkungan.
- 4) identifikasi dengan model dan peran jenis yang tepat.
- 5) pola asuh orang tua.

Hurlock (1973) yang mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri di antaranya adalah ;

- 1) Fisik.
- 2) Pakaian dan nama panggilan.
- 3) Intelegensi.
- 4) tingkat aspirasi.
- 5) Emosi.
- 6) budaya.
- 7) sekolah dan perguruan tinggi.
- 8) status sosial ekonomi, dan keluarga.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Asyiknya Bersahabat
- B. Bidang Bimbingan : Sosial
- C. Fungsi Layanan : Informasi
- D. Komponen Program : Bimbingan Kelompok
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui makna persahabatan yang baik
 - b. Siswa dapat menumbuhkan sikap bersahabat dengan siswa yang lainnya.
 - c. Siswa dapat menjadi sahabat yang baik bagi siswa lainnya
- F. Metode Layanan : Diskusi dan Ceramah
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas X
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Infocus, Laptop, Bolpen dan Kertas
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan. Pembimbing meminta siswa untuk

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN

Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

menuliskan cerita tentang pengalaman siswa dengan sahabatnya. Kemudian pembimbing meminta beberapa orang untuk menceritakan pengalaman tersebut. Pembimbing menanyakan bagaimana pengaruh kegiatan tersebut terhadap siswa.

c. Kegiatan Akhir

Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.

N. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.

b. Evaluasi Proses

1. Kesesuaian program dengan jadwal
2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan

O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok

P. Catatan Khusus :

Q. Refrensi :

<http://segitigamedia.blogspot.com/2013/04/cara-menjadi-sahabat-yang-baik.html>

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

Sudah sepantasnya kita mencari teman sebanyak-banyaknya dan menghindari permusuhan. Ada sebuah ungkapan yang mungkin pernah kita dengar, "Seribu teman masih kurang, satu musuh terlalu banyak". Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial, jadi sudah sewajarnya apabila secara naluriah akan membutuhkan teman, sahabat untuk berkumpul, berbagi dan saling mengingatkan antara satu dengan yang lainnya. Seorang sahabat bukanlah sekedar teman biasa, seorang sahabat adalah orang yang sangat dekat dengan kita, dia tahu kebaikan dan keburukan kita dan mungkin lebih dari itu.

Cara menjadi sahabat yang baik dan dicintai mungkin tidaklah semudah yang dibayangkan oleh banyak orang. Betapa banyak orang yang merasa dikecewakan oleh sahabatnya sendiri. Sebuah persahabatan memang memerlukan begitu banyak pengorbanan, banyak suka duka didalam sebuah persahabatan. Untuk itulah, memang sudah sewajarnya apabila kita harus menjaga dan terus berusaha memperbaiki tali persahabatan dengan sahabat-sahabat kita. Menjadikan sahabat sebagai bagian kehidupan kita, menjadikan sahabat sebagai pelipur lara, menjadikan sahabat sebagai tempat mencurahkan isi hati kita dan lain sebagainya adalah tujuan dan manfaat dari mempunyai seorang sahabat.

Memiliki banyak teman dan sahabat akan membuat kita begitu bahagia, ada ungkapan yang mengatakan bahwa "bersilaturahmi akan membuat kita panjang umur dan dimudahkan rezekinya", ungkapan yang sederhana namun begitu banyak mengandung makna dan memang benar adanya. Bagi anda yang mungkin sangat menginginkan untuk bisa menjadi seorang sahabat yang baik, mungkin sedikit tips kali ini akan bisa berguna bagi anda. Silahkan anda simak beberapa caranya dibawah ini.

Iniilah beberapa cara menjadi sahabat yang baik :

1. Apa adanya, inilah aku

Sebagai seorang sahabat, berusaha untuk menjadi diri sendiri, apa adanya anda dan jangan menutup-nutupi siapa anda yang sebenarnya. Hal ini sangatlah

penting, persahabatan memang membutuhkan sebuah keterbukaan, entah itu sisi baik ataupun sisi buruk anda. Jadi, jadilah orang yang terbuka apa adanya kepada sahabat anda.

2. Terbuka kepada sahabat

Jika ingin menjadi seorang sahabat yang baik sekaligus dicintai oleh sahabat anda, penting untuk anda ketahui bahwasanya faktor keterbukaan anda kepada sahabat anda adalah salah satu kunci kokohnya tali persahabatan anda. Karena seorang sahabat adalah orang yang istimewa dan layak mengetahui dan mengerti kondisi dan masalah yang mungkin sedang dihadapi oleh sahabatnya.

3. Apa adanya bukan ada apanya

Hampir mirip dengan poin pertama tadi, apa adanya inilah aku. Mencari orang yang tepat untuk dijadikan seorang sahabat sejati tentulah tidak sembarangan. Bukan maksud ingin membeda-bedakan teman, akan tetapi ketelitian dan kehati-hatian dalam memilih sahabat sejati memang perlu kita perhatikan. Karena, jika sampai salah pilih, dan kita memilih orang yang salah, bisa jadi akan berujung dan berakibat kurang baik. Ada ungkapan yang mengatakan "jika ingin melihat seseorang itu seperti apa, lihatlah teman / sahabatnya". Iya, karena teman dan sahabat sangat berpengaruh terhadap diri kita, jika teman kita baik, maka kita pun akan menjadi baik, begitu juga sebaliknya.

Ketika anda sudah menjalin persahabatan dengan sahabat sejati anda, lihatlah dia apa adanya jangan melihat ada apanya. Jangan hanya karena sahabat kita itu miskin, kemudian kita tidak lagi peduli dan tidak respect kepada sahabat kita itu dan akhirnya persahabatan pun menjadi kurang harmonis. Jangan karena dia kaya raya, kita kemudian terus mendekati dirinya dan "memanfaatkan" apa yang dia punya. Intinya, lihatlah sahabat anda sebagai apa adanya dia, segala kurang lebih dia, itulah sahabat anda. Jika anda sudah bisa menerapkan hal ini, insyaallah anda akan menjadi seorang sahabat yang begitu baik dan dicintai.

4. Ketulusan itu penting

Tuluslah dalam membantu sahabat anda, jangan pernah berfikir untuk mengharapkan balasan darinya atau terlalu mempertimbangkan untung ruginya (dengan catatan untuk hal-hal positif). Sebuah ketulusan akan melahirkan sebuah warna yang begitu indah didalam persahabatan anda. Jika anda begitu tulus membantu sahabat anda yang sedang ada masalah, maka kelak ketika anda sedang mengalami masalah, sahabat anda pun akan dengan penuh kerelaan membantu anda meskipun anda tidak pernah meminta bantuannya. Jika anda sudah dapat menerapkan ketulusan ini, insyaallah anda akan menjadi seorang sahabat yang baik dan dicintai.

5. Mampu menjaga kepercayaan

Untuk dapat menjadi seorang sahabat yang baik, berusaha untuk menjaga amanah dan senantiasa dapat dipercaya. Kepercayaan sangatlah mahal harganya, karena sekali saja anda berbohong / tidak bisa menjaga kepercayaan, anda tidak akan pernah lagi dipercaya oleh orang lain. Hal ini sangatlah penting untuk anda terapkan pada diri anda. Jika anda bisa menjaga kepercayaan, maka anda akan menjadi seorang sahabat yang baik dan dicintai.

6. Tangan diatas lebih baik dari tangan dibawah, banyaklah memberi dan jangan banyak meminta,

Sebagai seorang sahabat, tempatkan diri anda untuk menjadi seorang sahabat yang lebih sering memberikan manfaat bagi sahabat anda, dan berusaha untuk tidak terlalu banyak meminta kepada sahabat anda. Dalam hal apapun, entah itu materi atau non materi, berusaha untuk banyak memberi kepada sahabat anda. Dengan begitu, anda akan sangat dicintai oleh sahabat anda dan anda menjadi sahabat yang istimewa di mata sahabat anda.

7. Mungkin anda tahu keburukan sahabat anda, tetapi anda bisa menjaga rahasia sahabat anda.

Seorang sahabat sudah biasa mengetahui kebaikan dan keburukan sahabatnya. Mungkin sahabat anda menceritakan apa adanya tentang semua keburukan dirinya

kepada anda. Sebagai seorang sahabat, sudah sepantasnya anda menjaga baik-baik semua keburukan sahabat anda. Manusia memang tidak ada yang sempurna, hal ini sudah pasti berlaku kepada siapapun, termasuk sahabat anda, pasti dia juga memiliki keburukan / kekurangan. Jagalah rahasia ini, jika anda tahu tentang kekurangan dia, maka anda harus menjaganya dan tidak menceritakannya kepada semua orang.

8. Memberikan maaf sebelum dia meminta maaf

Mungkin sahabat anda pernah berbuat salah kepada anda. Jika hal ini terjadi, berusahalah untuk memberikan maaf kepadanya meskipun dia belum meminta maaf kepada anda. Alangkah indahnyanya apabila sikap seperti ini ada dalam persahabatan anda. Dengan sikap seperti ini, insyaallah anda akan menjadi sosok seorang sahabat yang begitu dicintai sahanat-sahabat anda.

9. Sahabat anda juga memiliki kehidupannya sendiri

Anda harus mengerti bahwa setiap orang pasti memiliki sisi-sisi privasinya sendiri dalam kehidupannya. Meskipun anda adalah sahabat sejatinya, mungkin saja dia tidak ingin menceritakan hal ini kepada anda. Terima saja dan hormatilah privasinya. Jika anda sudah bisa menerima kondisi ini, anda bisa menjadi seorang sahabat yang dicintai.

10. Jangan marah ketika mendapat kritikan dan terimalah dengan lapang dada

Ketika anda dikritik sahabat anda, berusahalah menerima kritikan tersebut dengan positif dan lapang dada. Mungkin anda memang layak mendapatkan sebuah kritikan ketika anda bersalah. Tetapi yakinlah, jika anda bisa menerima kritikan tersebut, maka persahabatan anda akan lebih kokoh. Jika anda menolak kritikan, sama saja anda tidak pernah menganggap sahabat anda itu ada.

11. Motivator yang baik

Dalam kehidupan, bisa saja manusia akan mengalami masa-masa sulit dan sangat mungkin akan terjadi sebuah kondisi pasrah, terpuruk dan membuat seseorang menjadi lemah. Nah, bisa saja hal ini menimpa sahabat anda. Berusahalah untuk

menjadi seorang sahabat yang baik dengan terus memberikan motivasi kepada sahabat anda. Bisa jadi nasehat, saran dan motivasi anda akan dapat membangkitkan sahabat anda. Untuk itulah, jika anda ingin menjadi seorang sahabat yang baik di mata sahabat-sahabat anda, berusahalah untuk menjadi seorang motivator bagi sahabat-sahabat anda.

12. Jangan menyakiti

Sebagai seorang sahabat, sudah sepantasnya bagi anda untuk menjaga perasaan sahabat anda, menjaga sikap anda, dan yang terpenting adalah berusahalah untuk tidak menyakiti sahabat anda sendiri. Jangan pernah menyakiti dalam bentuk apapun. Jika anda sudah bisa menerapkan hal ini, maka anda akan menjadi sosok seorang sahabat yang begitu baik dimata sahabat-sahabat anda.

13. Rela berkorban

Sebagai seorang sahabat, sebuah pengorbanan mungkin harus anda lakukan demi sahabat anda. Misalnya saja, sebenarnya anda kurang enak badan, tetapi pada saat itu sahabat anda meminta anda untuk menemaninya membeli buku. Hmm, mungkin hal ini membuat anda malas, tetapi demi sahabat anda pun rela menemani sahabat anda mencari buku. Nah, jika anda sudah bisa menerapkan sikap rela berkorban demi sahabat, lihatlah anda pun akan sangat dicintai sahabat-sahabat anda.

14. Memberikan nasehat

Mungkin hal ini juga perlu anda perhatikan. Ketika anda mengetahui bahwa sahabat anda melakukan kekeliruan atau kesalahan, alangkah baiknya anda memberikan sebuah nasehat yang baik dan benar kepadanya. Jangan pernah membiarkan sahabat-sahabat anda larut dalam kesalahan. Saling mengingatkan dalam hal kebaikan sangatlah dianjurkan.

15. Jadilah sosok penyabar

Kesabaran sangatlah baik dalam segala hal dan kondisi. Hal ini pun berlaku juga untuk sebuah persahabatan. Anda perlu memiliki sifat sabar dalam menghadapi

semua kemungkinan baik itu baik maupun buruk yang mungkin saja muncul dalam perjalanan persahabatan anda. Tidak mungkin sebuah persahabatan terus berjalan mulus tanpa ada aral melintang. Nah, dengan kesabaran maka akan lebih memudahkan untuk dapat melalui dan menyelesaikan semua masalah yang mungkin ada. Jika anda ingin menjadi seorang sahabat yang baik, maka milikilah sifat sabar ini.

16. Membicarakan semuanya dengan cara baik-baik

Bicarakanlah dengan sahabat anda semua persoalan yang mungkin ada dalam persahabatan anda. Jika anda sudah terbiasa membicarakan semuanya dengan baik-baik bersama sahabat anda, maka akan lebih mudah menemukan solusi yang paling tepat ketika ada persoalan-persoalan yang muncul di tengah-tengah persahabatan anda. Dengan cara seperti ini, maka anda pun bisa menjadi seorang sahabat yang baik di mata sahabat-sahabat anda.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Buku Jendela Dunia
- B. Bidang Bimbingan : Belajar
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pengembangan
- D. Komponen Program : Layanan Informasi / Bimbingan Klasikal
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui dan memahami manfaat membaca
 - b. Siswa dapat mengetahui dan mengembangkan kebiasaan membaca yang baik
 - c. Siswa dapat mengetahui manfaat dan cara-cara membaca yang baik.
- F. Metode Layanan : Ceramah, Diskusi dan Tanya Jawab
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XI
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Laptop, LCD, Spidol dan Buku Bacaan
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

- c. Kegiatan Akhir
Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.
- N. Evaluasi :
- a. Evaluasi Hasil
1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
 2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.
- b. Evaluasi Proses
1. Kesesuaian program dengan jadwal
 2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
 3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
 4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
 5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan
- O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok
- P. Catatan Khusus :
- Q. Refrensi :
- a. http://lib.ugm.ac.id/data/pudata/pusta/Supriyono_1.pdf
 - b. <http://Readersdigest.co.id/Manfaat-Membaca-bagi-Otak-dan-Tubuh-Sehat.html>
 - c. <http://wikipedia.co.id/definisi-membaca.html>

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

DEFINISI MEMBACA

Membaca adalah kegiatan meresepsi, menganalisa, dan mengintepretasi yang dilakukan oleh pembaca untuk memperoleh pesan yang hendak disampaikan oleh penulis dalam media tulisan. Kegiatan membaca meliputi membaca nyaring dan membaca dalam hati. Membaca nyaring adalah kegiatan membaca yang dilakukan dengan cara membaca keras-keras di depan umum. Sedangkan kegiatan membaca dalam hati adalah kegiatan membaca dengan seksama yang dilakukan untuk mengrti dan memahami maksud atau tujuan penulis dalam media tertulis.

Membaca nyaring adalah kegiatan membaca yang dilakukan dengan cara membaca keras-keras di depan umum. Proses membaca nyaring ini sering digunakan oleh seseorang untuk menyampaikan gagasan terhadap orang lain dengan cara membaca teks yang ada. Membaca dengan metode ini dilakukan dalam bentuk pidato, khotbah, debat, diskusi, wawancara, dan segala kegiatan yang berurusan tentang penyampaian di depan umum.

Membaca dalam hati adalah kegiatan membaca dengan seksama yang dilakukan untuk mengrti dan memahami maksud atau tujuan penulis dalam media tertulis. Membaca dalam hati meliputi dua aspek yaitu membaca ekstensif (*extensive reading*) dan membaca intensif (*intensive reading*). Membaca ekstensif adalah tahapan awal dimana pembaca dituntut untuk bisa menyurvei atau menilai dengan membaca secara sekilas mau pun membaca dangkal. Sedangkan membaca intensif merupakan tahapan lanjutan untuk dapat memahami isi dan memahami konteks bahasa dalam yang digunakan dalam penulisan. Sebagian besar kegiatan membaca sebagian besar dilakukan dari kertas. Batu atau kapur di sebuah papan tulis bisa juga dibaca. Tampilan komputer dapat pula dibaca.

MANFAAT MEMBACA

Memberikan kekuatan bagi memori.

Membaca memberikan jenis latihan yang berbeda bagi otak dibandingkan menonton TV atau mendengarkan radio. Baik ketika Anda memahami halaman per halaman atau hanya sekedar memindai instruksi manual mesin pembuat kopi, bagian otak yang telah mengembangkan fungsi-fungsi lain — seperti kemampuan imajinasi, bahasa dan pembelajaran asosiatif — semua terhubung dalam sirkuit saraf tertentu untuk membaca. Ini merupakan hal yang sangat menantang, kata Ken Pugh, PhD, presiden dan direktur penelitian Haskins Laboratories kepada majalah *Oprah*.

Kebiasaan membaca memacu otak Anda berpikir dan berkonsentrasi.

Membuat latihan fisik bertahan lebih lama.

Layaknya *single* terbaru Lady Gaga atau episode serial TV *Real Housewives*, buku juga teman yang baik untuk menemani Anda saat latihan fisik. Menenggelamkan diri pada alur buku bisa membuat Anda bertahan lebih lama di atas mesin latihan demi menyelesaikan bab yang begitu memikat. Hal itu diungkapkan majalah *Weight Watchers*. Michele Olson, PhD, profesor fisiologi olahraga di Auburn University mengatakan kepada majalah itu, untuk mencegah timbulnya sakit pada leher atau bahu, pembaca harus menggunakan tempat menaruh buku di mesin dan berusaha tidak memutar bahu mereka selama latihan berlangsung.

Menjaga keremajaan otak.

Membenamkan diri dalam buku yang bagus benar-benar dapat memperpanjang umur pikiran Anda, menurut studi terbaru dari Rush University Medical Center. Hal itu dilansir majalah *Prevention*. Orang dewasa yang menghabiskan waktu luang mereka dengan melakukan kegiatan kreatif atau intelektual (seperti membaca) memiliki kemungkinan 32 persen lebih lambat mengalami penurunan kognitif di kemudian hari daripada mereka yang tidak. "Aktivitas yang melibatkan latihan otak membuat otak lebih efisien mengubah struktur untuk terus berfungsi dengan baik, terlepas dari hal-hal neuropatologi yang berkaitan dengan usia," kata Robert S. Wilson, PhD, profesor neuropsikologi di Rush University Medical Center kepada majalah tersebut. Studi lain baru-baru ini juga menemukan bahwa manula yang secara teratur membaca atau bermain game yang menantang daya pikir, seperti catur atau *puzzle*, memiliki risiko dua setengah kali lebih rendah untuk terserang penyakit Alzheimer. Fakta itu dilaporkan oleh *ABC News*.

Menghilangkan stres.

Meringkuk untuk membaca buku yang bagus menurunkan tingkat hormon stres yang tidak sehat, seperti kortisol. Demikian laporan majalah *Weight Watchers* belum lama ini. Pada sebuah penelitian di Inggris, peserta dilibatkan dalam kegiatan yang merangsang kecemasan, dan kemudian diberikan waktu selama beberapa menit untuk melakukan sejumlah aktivitas. Ada yang membaca, mendengarkan musik, atau bermain video game. Tingkat stres mereka yang melakukan aktivitas membaca turun 67 persen. Itu merupakan angka yang signifikan dibanding dengan kelompok yang melakukan kegiatan selain membaca.

Meningkatkan kosakata.

Meskipun Anda tak perlu lagi mengikuti tes seleksi masuk perguruan tinggi, Anda masih bisa menggunakan buku untuk memperluas perbendaharaan kata di kamus otak. Bahkan, para peneliti memperkirakan bahwa kita belajar sebanyak lima sampai 15 persen dari semua kata yang kita tahu melalui membaca, menurut sebuah *Scholastic Report*. Hal itu sangat penting untuk anak-anak karena kosakata yang mereka miliki secara langsung dan dramatis berkaitan dengan buku yang mereka baca.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Do It Get It
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi, Sosial
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pengembangan
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui bagaimana cara mendapatkan pekerjaan impian
 - b. Siswa dapat mengetahui bagaimana cara bersikap pasca lulus dari SMK
 - c. Siswa dapat memiliki unjuk kerja atau *action* untk mengembangkan pemahamannya dalam kehidupan sehari-hari.
- F. Metode Layanan : Games “Lempat Karet” dan Diskusi
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XI
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan : Jum’at, Agustus 2014
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Kardus, Karet Gelang, Infocus, Spidol, Laptop
- M. Deskripsi Proses :

a. Kegiatan Awal

Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.

Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.

Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.

b. Kegiatan Inti

Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Kemudian pembimbing meminta beberapa siswa untuk mempraktikan games yang akan di lakukan. Pembimmbing juga menjelaskan aturan bermainnya dan setelah selesai akan dilanjutkan dengan

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN

Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

materi. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

c. Kegiatan Akhir

Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.

N. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.

b. Evaluasi Proses

1. Kesesuaian program dengan jadwal
2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan

O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok

P. Catatan Khusus :

Q. Refrensi : <http://indojobhunter.com/tips-mendapatkan-pekerjaan-setelah-lulus-smasmk-dan-kuliah.html>

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

Banyak saat ini diantaranya teman-teman kita yang baru lulus SMA/SMK yang terpaksa harus menganggur beberapa saat untuk menunggu suatu panggilan pekerjaan. Penyebab utama yang sering menjadi alasan pihak HRD tidak merekrut mereka sebagai karyawan adalah kurangnya pengetahuan serta kemampuan para kandidat dalam teknis wawancara. Biasanya, hal tersebut dapat terlihat ketika proses wawancara berlangsung, para kandidat terlihat nervous serta tegang. Hal tersebut dapat menyebabkan para kandidat yang tengah melakukan wawancara tidak akan fokus dan efektif dalam menjawab setiap pertanyaan yang diajukan oleh pihak HRD. Lebih-lebih keadaan nervous dapat menyebabkan para kandidat tidak dapat menjual dirinya secara optimal. Cara yang tepat agar kita tidak merasakan nervous saat melakukan wawancara kerja, yaitu dengan bersikap tenang. Sikap tenang dapat ditunjukkan dalam kemampuan kita saat berkomunikasi dengan pihak HRD, dan sikap tenang tersebut pun bisat kita dapatkan ketika kita para kandidat memiliki pengetahuan teknik wawancara yang baik dan benar.

Agar kita dapat mencapai semua ini dengan baik dan sesuai dengan apa yang kita harapkan, ada beberapa tips yang mungkin bisa kita gunakan, adalah sebagai berikut:

1. Anda harus memiliki bagaimana teknik wawancara pekerjaan yang baik dan benar, agar dapat berlangsung lancar. Mengenai hal ini, anda bisa mempelajarinya dari beberapa buku ataupun artikel yang banyak beredar di toko buku ataupun pada internet. Dan soal harga, anda jangan khawatir, karna pada jaman modern ini telah banyak teknik menghadapi wawancara dengan tidak mengeluarkan biaya, yaitu bisa anda dapatkan pada internet.
2. Ketika anda tengah melamar suatu pekerjaan yang anda minati, jika pihak perusahaan yang nantinya akan memberi anda kerja mensyaratkan agar anda mengirim berkas-berkas lamaran via pos, sebaiknya anda melampirkan surat lamaran serta CV dan informasi-informasi lainnya yang anda anggap dapat mendukung kesuksesan anda dalam pekerjaan yang nantinya akan anda jalankan.
3. Dalam segi jabatan atau pekerjaan, tidak harus memiliki latar belakang pendidikan yang khusus misalnya S1 ataupun dokter/akuntan. Maka meskipun pihak perusahaan

telah mencantumkan syarat pendidikan yang mungkin tidak sesuai dengan latar pendidikan anda, anda jangan pernah takut untuk tetap melamar pada perusahaan tersebut.

4. Kenapa, karena pihak perusahaan ketika mensyaratkan latar belakang suatu pendidikan itu biasanya hanya merupakan suatu keutamaan saja. Walaupun nantinya ada sebagian para kandidat yang memiliki latar belakang pendidikan yang tidak sesuai dengan persyaratan yang telah ditentukan, tetapi memiliki kompetensi dan pengalaman yang sesuai dengan pekerjaannya, itu tidak akan menjadi suatu masalah.
5. Selain itu, usahakan ketika anda sekolah, anda memiliki pengalaman bekerja, meskipun hanya berupa praktek kerja, atau bekerja paruh waktu. Dan anda disarankan untuk mencantumkan pengalaman kerja tersebut pada CV yang anda buat.
6. Aktivitas anda berorganisasi saat sekolah ataupun diluar sekolah perlu anda cantumkan juga pada CV anda yang anda buat, dikarenakan biasanya aktivitas organisasi yang anda lakukan banyak memberi kematangan dalam berinteraksi dan berkomunikasi yang tentunya di butuhkan juga dalam dunia kerja .

Langkah games “Lempar Karet” :

1. Konselor menyiapkan sebuah kardus dan 5 buah karet gelang
2. Konselor menjelaskan mekanisme permainan. Yakni setiap siswa yang mencoba melemparkan karet gelang kedalam kardus dengan jarak siswa dengan kardus yang telah ditentukan harus mampu memasukkan 5 buah karet gelang kedalam kardus dengan tepat
3. Konselor menawarkan kepada siswa siapa saja yang ingin mencoba melemparkan 5 buah karet gelang kedalam kardus
4. Setiap karet gelang yang terlempar tidak boleh jatuh dan jika tidak masuk tepat kedalam kardus maka dianggap gagal

Refleksi Games :

Games “lempar koin” ini memiliki makna bahwa jika ingin mendapatkan pekerjaan impian maka dibutuhkan usaha yang baik dan ketekunan. Jika dianalogikan koin adalah

keinginan dan harapan kita maka kardus adalah tempat dimana kita ingin mewujudkan keinginan tersebut. Maka jika dengan konsentrasi dan ketekunan serta keyakinan maka koin akan terlempar dan masuk tepat kedalam kardus yang menggambarkan bahwa kita dapat mendapatkan goal/impian tersebut.

Faktor internal yang berpengaruh dalam mendapatkan pekerjaan adalah konsentrasi, fokus, dan semangat.

Sedangkan faktor eksternal yang berpengaruh dalam mendapatkan pekerjaan adalah Media yang mendukung, seperti : televisi, internet, handphone, surat kabar, majalah, dsb, dukungan orang tua, dukungan teman-teman dan lingkungan serta informasi.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Pemahaman Diri
- B. Bidang Bimbingan : Karir dan Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Pengembangan
- D. Komponen Program : Bimbingan Klasikal
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui kemampuan, minat dan bakat yang ada pada diri siswa.
 - b. Siswa dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri siswa.
 - c. Siswa dapat merealisasikan rencana masa depan
- F. Metode Layanan : Ceramah / Diskusi
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XI
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Spidol, Laptop, dan LCD
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan. Pembimbing meminta siswa untuk

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN

Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

menuliskan cerita tentang pengalaman siswa dengan sahabatnya. Kemudian pembimbing meminta beberapa orang untuk menceritakan pengalaman tersebut. Pembimbing menanyakan bagaimana pengaruh kegiatan tersebut terhadap siswa.

c. Kegiatan Akhir

Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.

N. Evaluasi :

a. Evaluasi Hasil

1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.

b. Evaluasi Proses

1. Kesesuaian program dengan jadwal
2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan

O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok

P. Catatan Khusus :

Q. Refrensi :

- a. <http://kelompok5bkunila.wordpress.com/2011/05/09/pemahaman.html/>
- b. http://www.scribd.com/doc/21365627/PEMAHAMAN-DIRI-INDIVIDU?secret_password=&autodown=pd.html

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

Pemahaman Diri

Menurut Hartono (2010: 209) pemahaman diri adalah pengenalan secara mendalam atas potensi-potensi diri individu yang mencakup ranah minat, abilitas, kepribadian, nilai dan sikap yang mana pengenalan atas pribadinya baik keunggulan dan kekurangannya sendiri. Kekuatan merupakan seperangkat kemampuan yang dimiliki individu baik yang bersifat potensial maupun aktual. Kekuatan menggambarkan keunggulan, kehebatan pribadi individu, sedangkan kekurangan menggambarkan sejumlah keterbatasan ketidak mampuan yang menjadi hambatan individu dalam meraih cita-cita.

Pemahaman diri adalah suatu cara untuk memahami, menaksir karakteristik, potensi dan atau masalah (gangguan) yang ada pada individu atau sekelompok individu.

A. Tujuan pemahaman diri bagi siswa adalah:

1. Mampu mengeksplorasi potensi diri mereka yang mencakup: minat, bakat, dan cita-cita sehingga individu dapat merencanakan karier yang sesuai dengan potensi diri.
2. Siswa bisa mempersiapkan diri dengan baik dalam memasuki dunia kerja. Dengan persiapan yang matang individu dapat mencapai kesuksesan dalam berkarier.
3. Siswa mencapai kematangan dalam perkembangan karier
4. Siswa mampu mengambil keputusan karier secara mandiri.

Ciri-ciri mamahami diri sendiri:

- Percaya diri, Suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Misalnya Selalu bersikap tenang, Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi.
- Befikir positif, misalnya berpikir terbuka untuk menerima saran dan ide, maninggalkan pikiran negatif, mensyukuri apa yang dimilikinya, bukan berkeluh kesah, peduli pada citra diri sendiri.
- Memiliki kebiasaan yang efektif, misalnya menjadi proaktif, mempunyai tujuan, mendahulukan yang utama, melakukan evaluasi.

B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemahaman Diri Siswa

Di pengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam indifidu, yaitu bakat, minat dan cita-cita. Dan faktor eksternal yang berasal dari luar indifidu, antara lain, lingkungan sekitar rumah, lingkungan keluarga, teman sebaya, dan sekolah.

Bakat adalah sebuah talenta dari Tuhan yang diberikan kepada kita untuk mengembangkan diri. Bakat itu sendiri berupa pola pikir, kepandaian atau kemampuan yang kita miliki sejak lahir. Walaupun kita memiliki talenta, jika kita tidak berusaha

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN

Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

untuk membukanya maka talenta yang diberikan Tuhan akan menjadi sia-sia. Jadi usaha dan talenta adalah jalan untuk sukses bagi seseorang didalam kehidupannya.

Minat menurut Hurlock (1993) adalah sumber motivasi yang mendorong seseorang untuk melakukan apa yang ingin dilakukan ketika bebas memilih. Ketika seseorang menilai bahwa sesuatu akan bermanfaat, maka akan menjadi berminat, kemudian hal tersebut akan mendatangkan kepuasan.

Cita-cita...sejak kecil kita sering mendengar kata-kata tersebut. Saat kecil para orang tua ataupun guru sering sekali menanyakan seperti ini “apa cita-cita kamu Budi?” dan kita sewaktu kita kecil selalu menjawab pertanyaan tersebut menurut gambaran kita saja..” saya ingin menjadi polisi!” kita dapat menjawab polisi karena pada saat itu kita melihat seorang polisi adalah sosok yang gagah, berwibawa, dan memakai seragam yang keren..dan jawaban tersebut biasanya hanya sementara, karena jika kita bertemu dengan seorang dokter dan melihat kegiatannya seperti apa pasti cita-cita itupun akan berubah, dari polisi menjadi dokter.

Anda hari ini adalah cerminan anda 5 tahun mendatang. Dan semuanya dapat dipengaruhi oleh tiga faktor, siapa sahabat anda hari ini, apa yang anda baca, dan apa yang anda tonton hari ini.

Bertekadlah untuk berlelah-lelah selagi muda untuk terus belajar, bekerja dan memperbanyak silaturahmi. Karena jika tidak hari ini, maka suatu saat nanti kondisilah yang menuntut kita untuk berlelah-lelah belajar dann bekerja. Selagi masih ada waktu, selagi otak masih mudah menyerap ilmu, tubuh masih kuat untuk memikul beban serta tangan yang masih dapat bekerja maka optimalkan semuanya untuk menuntut ilmu, berkarya dan berusaha.

Cita –cita dan Keadaan Diri

Contoh :

Andi ingin sekali menjadi TNI-AD , ia merasa mampu dalam bidang akademisnya , tetapi setelah tes ternyata idak diterima sebab Faktor dalam Diri, tulang belakangnya sedikit bengkok dan penggugup.

Dari contoh diatas siswa harus melihat dan menyatakan Faktor penghambat diri siswa jika dihubungkan dengan cita-cita yang telahh ditulis. Uraikanlah dalam format dibawah ini tentang diri siswa dan syarat-syarat pencapaian cita-cita siswa.

Cita-cita keadaan diri

Berilah tanda (v) pada salah satu keadaan diri siswa yang berhubungan dengan pencapaian cita-cita siswa.

Cita-cita 1	Syarat-syarat			
Keadaan diri	Sangat menunjang	Menunjang	Kurang menunjang	Tidak menunjang

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN

Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

Bakat				
Minat				
Keadaan physic				
Kemampuan/keterampilan				
Keadaan sosial/ ekonomi				
Pandangan diri terhadap jenis-jenis pekerjaan				
Sikap				
Keinginan orang tua				

Faktor apa yang siswa anggap sebagai penghambat utama?

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

Apakah bakatmu?

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

Apakah Minatmu?

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

Apakah cita-citamu?

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

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Kapal Livina
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Sosial dan Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman
- D. Komponen Program : Layanan Dasar - Klasikal
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat membuat keputusan dalam kelompok.
 - b. Siswa dapat menjadi pemimpin yang tegas dalam kelompok
 - c. Melatih siswa untuk berdinamika dalam kehidupan berkelompok.
- F. Metode Layanan : Diskusi
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XI
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan : Senin, 18 Agustus 2014
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Kertas, Spidol, Laptop, Infocus
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

- c. Kegiatan Akhir
Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.
- N. Evaluasi :
- a. Evaluasi Hasil
1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
 2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.
- b. Evaluasi Proses
1. Kesesuaian program dengan jadwal
 2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
 3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
 4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
 5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan
- O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok
- P. Catatan Khusus :
- Q. Refrensi : Buku “55 Permainan dalam Bimbingan Konseling” (Dr. Suwarjo, M.Si , Eva Imania Eliasa, M.Pd)

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

Kapal LIVINA adalah kapal yang tenggelam di perairan Laut China beberapa tahun yang lalu. Anda adalah seorang kru dalam kapal tersebut. Ketika anda sedang menikmati perjalanan, tiba-tiba kapal menabrak sebuah gunung karang, dan pecah menjadi dua potongan dan terkapar. Banyak bagian kapal yang rusak dan terbakar. Kapal tersebut perlahan tenggelam.

Anda dan anggota kru lainnya berusaha ingin menyelamatkan penumpang. Beberapa penumpang telah terselamatkan, namun ada 7 orang penumpang yang belum terangkut, sedangkan rakit yang tersedia tinggal 1 buah dengan kapasitas 4 orang penumpang.

Tugas anda adalah membahas dengan kelompok dan mencapai keputusan bersama mengenai 4 orang yang harus diselamatkan. Berikut ini adalah daftar penumpang yang belum terselamatkan:

1. Seorang anak buta berusia 7 tahun, belajar di sebuah sekolah luar biasa, dan menerima beasiswa untuk sekolah di Amerika.
2. Seorang wanita hamil berusia 22 tahun
3. Seorang mahasiswa laki-laki yang cerdas yang sedang mempelajari management di sebuah Universitas yang terkenal
4. Seorang ahli fisika nuklir yang telah dinominasikan untuk mendapatkan hadiah nobel
5. Seorang dokter spesialis bedah kanker berusia 50 tahun
6. Seorang pengusaha yang terkemuka yang memiliki 500 orang yang bekerja di bawahnya
7. Seorang ulama ternama

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Atur Waktu Belajarmu
- B. Bidang Bimbingan : Belajar
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui cara untuk mengatur waktu belajar
 - b. Siswa dapat mengetahui cara mengatur waktu belajar dengan efektif
- F. Metode Layanan : Ceramah dan Diskusi
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XII
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Bolpoint, kertas, laptop, infocus
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

- c. Kegiatan Akhir
Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.
- N. Evaluasi :
- a. Evaluasi Hasil
1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
 2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.
- b. Evaluasi Proses
1. Kesesuaian program dengan jadwal
 2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
 3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
 4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
 5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan
- O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok
- P. Catatan Khusus :
- Q. Refrensi : www.recycl3r.com/2012/10/tips-mengatur-waktu-belajar.html

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

NIP : 19650616 200501 1 002

Duha Agusta

NIM : 11104241017

MATERI

ATUR WAKTU BELAJARMU!

Belajar adalah suatu keharusan yang mestinya dilakukan oleh seseorang yang sedang menempuh sekolah atau kuliah. Namun terkadang seseorang belum bisa mengatur waktu belajarnya dengan efisien. Karena pekerjaan siswa/ mahasiswa tidak hanya belajar, ada yang ikut organisasi, punya pekerjaan sampingan, dll. Berikut adalah strategi untuk mengatur waktu belajar kita agar tidak terkatung-katung :

1. Membuat daftar kerjaan

Tuliskanlah daftar pekerjaan yang akan kamu kerjakan. Daftar kerjaan ini bisa dibuat secara harian, mingguan, ataupun bulanan. Jangan lupa untuk menulis daftar kerjaanmu itu pada buku agenda atau apa saja yang mudah untuk dibawa.

2. Prioritaskan hal yang penting dahulu

Selalu prioritaskan hal-hal yang lebih penting dan urgent untuk dikerjakan. Hal yang paling penting untuk diingat adalah jangan mengerjakan pekerjaan terburu-buru atau malah mepet dengan deadline yang sudah ditetapkan.

3. Jangan menunda-nunda pekerjaan

Ini adalah penyakit yang sudah berakar pada hampir setiap orang. Menunda-nunda pekerjaan hanya akan menambah pusing kepala karena tugas semakin hari semakin menumpuk.

4. Tetapkan deadline

Ketika mengerjakan tugas atau pekerjaan jangan lupa untuk menetapkan deadline. Deadline penting agar kita tetap konsisten dengan lama waktu kita bekerja, dan juga agar memotivasi kita untuk tidak menunda-nundanya.

5. Atur jadwal belajar dan jadwal di luar kegiatan belajar

Menjadi seorang siswa memang berkewajiban untuk belajar, tetapi ada juga siswa yang kegiatannya tidak hanya belajar. Ada yang ikut organisasi, komunitas, bahkan kerja part time. Ada baiknya kalau kita tetapkan jadwal rutinitas kita agar jadwal keseharian kita tidak berlepotan. Menggunakan papan time table sangat dianjurkan.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Menentukan Karir
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Karir
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Layanan Informasi
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui
 - b. Siswa dapat mengetahui
 - c. Siswa dapat mengetahui
- F. Metode Layanan : Membuat Mind Mapping dan Diskusi
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XII
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan : Kamis, 14 Agustus 2014
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Teori 01
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Spidol , Kertas, Infocus, Laptop.
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

- c. Kegiatan Akhir
Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.
- N. Evaluasi :
- a. Evaluasi Hasil
1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
 2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.
- b. Evaluasi Proses
1. Kesesuaian program dengan jadwal
 2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
 3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
 4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
 5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan
- O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok
- P. Catatan Khusus :
- Q. Refrensi :
- a. <http://idolakonseling.weebly.com/cara-memilih-karir-yang-tepat.html> Persiapkan Karir Anda Sejak Dini diakses pada 18 Maret 2014 pukul 16.26 WIB
- b. <http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2013/09/09/mind-map-peta-pikiran/> diakses pada 24 Maret 2014 pukul 16.58 WIB

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Augusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

A. Definisi tentang Karir

Menurut Irianto (2001:94) Pengertian karir adalah meliputi elemen-elemen obyektif dan subyektif. Elemen obyektif berkenaan dengan kebijakan pekerjaan atau posisi jabatan yang ditentukan organisasi, sedangkan elemen subyektif menunjuk pada kemampuan seseorang dalam mengelola karir dengan mengubah lingkungan obyektif (misalnya dengan mengubah pekerjaan/jabatan) atau memodifikasi persepsi subyektif tentang suatu situasi (misalnya dengan mengubah harapan).

B. Cara Memilih Karir Yang Tepat

Ketika Anda mengajukan pertanyaan "karier apa yang tepat untuk saya?" Ada beberapa hal yang harus Anda pertimbangkan:

a. Personality (Kepribadian)

Apakah ada kecocokan antara kepribadian Anda dan karir pilihan? Hal ini memiliki dampak signifikan pada apakah Anda menemukan pekerjaan yang dapat membuat Anda merasa terpuaskan. Ada dua aspek utama yang harus dipertimbangkan:

1. Meskipun karir tersebut cocok dengan kepribadian Anda, namun seberapa banyak Anda bekerja sesuai dengan preferensi atau keinginan Anda.
2. Untuk memperbesar kemungkinan menemukan karir yang cocok tersebut Anda akan memerlukan fleksibilitas perubahan di luar karir pilihan Anda.

b. Motivation (Motivasi)

Ini adalah salah satu faktor yang paling penting bagi kepuasan karir jangka panjang. Temukan pekerjaan yang memotivasi Anda, maka Anda telah menemukan karir yang tepat.

Motivasi yang lebih luas mencakup berbagai topik, seperti:

1. Minat
2. "sense of achievement", sesuatu yang memberi Anda sebuah prestasi.
3. Faktor motivasi tak sadar.

c. Skills (Keterampilan)

Memiliki keterampilan yang tepat adalah kunci untuk membuka pintu ke banyak karir. Keterampilan yang Anda peroleh adalah hasil dari kemampuan atau bakat bawaan yang dikembangkan oleh setiap Pelatihan yang Anda terima.

d. Values (Nilai-nilai)

Hal ini mungkin termasuk Gaya hidup yang Anda inginkan, keyakinan Anda, agama atau panduan etika yang Anda ikuti. Jenis organisasi atau orang yang ingin Anda bekerja untuknya dan Produk atau jasa yang Anda ingin berkontribusi di dalamnya.

e. Constraints (Kendala)

Kendala termasuk Komitmen keuangan atau keterbatasan, Lokasi geografis di mana Anda dapat bekerja, Tanggung jawab keluarga, Cacat fisik atau pembatasan serta Kualifikasi atau pendidikan Anda.

f. Ambitions (Ambisi)

Apa tujuan jangka panjang Anda? Ini mungkin termasuk pertanyaan seperti:

1. Bagaimana dan kapan Anda ingin memulai menikah, berkeluarga dan menetap?
2. Apakah Anda menginginkan satu pekerjaan tunggal seumur hidup Anda atau memiliki pilihan untuk mengubah karir?
3. Apakah Anda akhirnya ingin mendirikan bisnis Anda sendiri atau menaiki tangga jabatan di dalam perusahaan besar?
4. Kapan Anda ingin pensiun?

g. Opportunities (Kesempatan)

Memutuskan apa yang ingin Anda lakukan adalah tidak ada gunanya kecuali ada kesempatan bagi Anda untuk mengejar. Anda dapat menemukan peluang melalui tindakan-tindakan seperti:

1. Mencari melalui iklan untuk pekerjaan atau pelatihan kejuruan atau sponsor.
2. Pendekatan kepada perusahaan untuk melihat apakah ada kekosongan jabatan.
3. Networking melalui orang yang Anda kenal untuk mendapatkan referensi.
4. Menciptakan bisnis sendiri.

C. Langkah mind mapping :

1. Konselor menggambar sebuah lingkaran dan menuliskan KARIR ditengahnya lalu memberikan garis-garis cabang yang memutarinya lingkaran tersebut. Maksud dari gambar tersebut adalah karir dan garis-garis cabang adalah jenis-jenis karir yang nantinya akan

ditulis sendiri oleh siswa sesuai dengan keinginan masing-masing siswa terhadap jenis karir yang diminatinya.

2. Konselor memanggil siswa secara acak dan bergiliran untuk masing-masing menuliskan jenis karir yang diinginkannya beserta alasan mengapa memilih karir tersebut, tujuan memilih jenis karir tersebut, dan usaha apa yang telah siswa lakukan dalam mewujudkan karir impiannya tersebut.

D. Evaluasi dan Refleksi

1. Apakah terdapat siswa yang ditemui kesulitan menuliskan jenis karir impiannya?
2. Apakah siswa mengalami kebingungan saat menuliskan alasan, tujuan maupun usaha untuk karir impiannya?

E. Poin Belajar

Mind mapping dapat menjadi alternatif untuk membantu siswa dalam menentukan pilihan karir di masa mendatang. Melalui mind mapping siswa dituntut agar mampu menentukan dan memilih secara mandiri karir yang diinginkannya beserta alasan mengapa memilih karir tersebut, tujuan memilih karir tersebut dan usaha apa yang telah dilakukan siswa untuk mewujudkan karir impiannya. Mind mapping juga sebagai sarana informasi dan pertimbangan siswa yang belum memahami sama sekali terhadap jenis-jenis karir.

A. Langkah membuat Mind Mapping

1. Mulai dari tengah untuk menentukan Topik Sentral (menentukan “pohon”), dibuat dalam kertas kosong bentuk *landscape*, disertai gambar
2. Tentukan Topik Utama (menentukan “cabang”) sebagai bagian penting dari Topik sentral
3. Tentukan Sub Topik sebagai “ranting” yang diambil dari Topik Utama
4. Secara kreatif gunakan gambar, simbol, kode, dan dimensi seluruh peta pikiran Anda.
5. Sedapat mungkin gunakan kata kunci tunggal (maksimal 2 kata), dengan huruf kapital atau huruf kecil.

6. Gunakan garis lengkung untuk menghubungkan antara Topik Sentral dengan Topik Utama dan Sub Topik. Untuk stimulasi visual, gunakan warna dan ketebalan yang berbeda untuk masing-masing alur hubungan.
7. Kembangkan Mind Map sesuai gaya Anda sendiri.
8. Untuk memahami suatu teks, Anda terlebih dahulu harus membaca teks tersebut untuk memperoleh gambaran mental (*mental image*) yang menyeluruh dan bermakna.

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : Get Success for Better Life
- B. Bidang Bimbingan : Bimbingan Pribadi
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman dan Preventif
- D. Komponen Program : Layanan Informasi / Bimbingan Kelompok
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa dapat mengetahui arti kesuksesan dalam hidup
 - b. Siswa dapat mengetahui tips meraih kesuksesan
 - c. Siswa dapat mengetahui hal-hal yang dapat menggagalkan kesuksesan
- F. Metode Layanan : Story Telling, Video Motivasi
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XI
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Infocus, Laptop, Spidol
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

- c. Kegiatan Akhir
Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.
- N. Evaluasi :
- a. Evaluasi Hasil
1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
 2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.
- b. Evaluasi Proses
1. Kesesuaian program dengan jadwal
 2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
 3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
 4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
 5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan
- O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok
- P. Catatan Khusus :
- Q. Refrensi :
- a. <http://lenis-library.blogspot.com/2011/12/hal-yang-menggagalkan-keberhasilan.html>
 - b. <http://sulitnih.com/2013/04/19/definisi-dan-tujuan-sukses/>
 - c. <http://www.zonasukses.com/blog/cara-meraih-sukses-dengan-cepat/>
 - d. <http://dna.com/situs/berita-74923-tips-agar-jadi-orang-sukses-dari-a-sampai-z.html>
 - e. Merry Riana : Mimpi Sejuta Dollar

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

Sukses? Siapa Takut?

Pengertian dan Tujuan Kesuksesan

Sukses adalah suatu pencapaian hasil yang dapat dipahami secara umum sebagai suatu keberhasilan usaha yang positif, bukan suatu keberuntungan, bukan suatu kecurangan atau bukan suatu hal yang biasa-biasa saja, keberhasilan tersebut didapati harus dengan penuh perjuangan dan mati-matian dengan melewati cobaan baik malapetaka, kesulitan ataupun kesengsaraan.

Jika Anda kurang begitu tahu definisi sukses, tentu Anda akan menemukan kesulitan dalam memahami pencapaian sukses. Menjadi kaya raya dengan cara merampok, korupsi, menipu orang. Itu bukanlah kesuksesan hidup, itu adalah kegagalan hidup.

Mengetahui definisi sukses dan setelah itu memahami inti arti sukses, itu berarti Anda sedang melangkah kaki untuk menuju kesuksesan. Anda akan siap belajar apapun dari orang-orang sukses jika Anda tahu kekurangan Anda. Siap menghadapi segala macam kesengsaraan dan kesulitan. Karena dalam perjalanan memang akan ada banyak cobaan.

Jika Anda sudah tidak lagi kebingungan dalam mengartikan tujuan dan cobaan menuju sukses, berarti Anda sudah bisa fokus untuk mencapai tujuan dan meraih kesuksesan. Anda akan mencari jalan menuju kesuksesan, Anda akan membuat program pencapaian dan berusaha sepenuhnya untuk meraih kesuksesan itu.

Tujuan sukses boleh sama, tapi tujuan akhir sukses setiap orang boleh berbeda-beda. Tujuan sukses itu harus jelas, harus bisa dijabarkan, harus bisa dimengerti dan dapat dipahami oleh Anda ataupun oleh orang lain yang terlibat. Sehingga tujuan sukses bisa dibuatkan programnya untuk bisa mencapai keberhasilan.

Sedangkan tujuan akhir kesuksesan, mungkin saja hanya Anda yang tahu, hanya Anda sendiri yang paham. Mungkin bagi orang lain yang mengetahui tujuan akhir Anda, tujuan akhir Anda akan dianggap aneh, tidak masuk akal, tidak mungkin, atau luar biasa. Tapi bagi Anda itu adalah sesuatu yang harus bisa dicapai. Itulah **Motivasi** Anda yang sebenarnya, tujuan Akhir dari sukses Anda.

Itulah yang saya alami, mungkin juga sebagian dari Anda untuk bisa sukses. Tujuan akhir sukses berbeda untuk orang yang berbeda. Jika Anda atau semua orang ingin pergi bertujuan ke kota bogor, tidak salah kalau semua orang mengartikan sama, bahwa Bogor itu adalah kota yang berada tidak jauh dari Jakarta dan bisa kita capai dengan berbagai cara mulai dari jalan kaki sampai berkendaraan yang tercepat.

Tapi tujuan akhir Anda dan orang-orang itu ke Bogor, kemungkinannya setiap orang macam-macam. Ada yang ingin bertemu keluarga, ada yang ingin bertamasya, ada yang

hanya ingin tahu sekali, ada yang ingin bersenang-senang bersama keluarga dan juga tujuan yang lain. Itulah sebetulnya motivasi yang kuat dari Anda untuk bisa pergi dan sampai ke tujuan yaitu kota Bogor.

Begitu juga tujuan akhir sukses bisa berbeda bagi setiap orang. Itulah motivasi yang terpendam dalam diri Anda. Itulah perlunya motivasi yang kuat yang akan membuat orang mati-matian berjuang agar tujuan suksesnya berhasil.

Jika Anda sudah mempunyai tujuan sukses, namun tidak didukung oleh motivasi yang kuat, Anda akan cepat menyerah ditengah jalan. Itulah sebabnya banyak orang yang gagal mencapai sukses, walaupun mempunyai tujuan yang jelas namun tidak didukung oleh motivasi yang kuat.

Hal-hal yang Membuat Orang Menjadi Gagal Memperoleh Kesuksesan

1. Harga Diri yang Berlebih

Harga diri yang berlebih adalah salah satu penghambat seseorang mencapai keberhasilannya orang yang mempunyai harga diri yang berlebih merasa dia bisa memecahkan masalah apapun tanpa membutuhkan bantuan orang lain , orang seperti ini merasa bahwa bantuan orang lain akan merendahkan harga dirinya walau pada kenyataannya tidak , hal ini akan membuat orang lain enggan untuk membantunya , walau dalam kenyataannya orang seperti ini sangat membutuhkan bantuan orang lain

2. Malas

Tiada hal apapun yang berhasil jika kata 'MALAS' diucapkan sebelum melakukan hal hal yang memajukan diri , walau banyak faktor membuat orang menjadi malas , tapi bukan berarti malas tak bisa dilawan , orang malas bagaikan melihat setumpuk emas 2 petak di depannya , tapi dia malah mengambil roti 1 petak di depan mata karena kemalasannya , hal ini membuat seseorang sulit berhasil , tips dari saya bunuh rasa malas , karena tiada hal yang memajukan diri sebelum kata malas hilang dari jiwa seseorang

3. Quitter

Seorang quitter akan menyerah ketika menghadapi 1 masalah yang rumit yang dihadapinya , padahal masih banyak opsi untuk menyelesaikan masalah tersebut , orang ini akan berpikir pendek dengan menyerah pada keadaan dan nasib , orang ini bagaikan orang yang dipukul tapi dia terima dengan lapang dada .. ingat , NASIB bukan sesuatu yang tak bisa dirubah dan masalah bukan sesuatu hal yang tak bisa dipecahkan .. ingat juga Tuhan tidak akan memberikan masalah jika hambanya tak mungkin memecahkannya

4. Complainer

Orang seperti ini mungkin tidak akan pernah mencapai keberhasilan yang tinggi di hidupnya , setiap ada cobaan dia mengeluh , setiap ada masalah dia mengeluh , hidupnya bagai jalan di tempat tanpa arah tujuan , anggaplah manusia sebuah mobil dan pengemudinya adalah motivasi dan inovasi positif maka si pengeluh adalah mobil yang memiliki bensin namun tidak berpengemudi , maka dia akan tetap jalan di tempat sampai kiamatpun.ingatlah walau mengeluh adalah hal yang mudah dilakukan,tapi amat dibenci oleh

Tuhan, minimalkanlah keluhan dan hadapi cobaan dan masalah dengan tegar , tenang , kepala dingin , dan jgn lupa minta petunjuk tuhan

5. Snake Tongue

Orang seperti ini dalam hidupnya tidak akan pernah berhasil , tipe ini adalah orang yang suka menjatuhkan orang lain menggunakan kata-katanya , biasanya orang ini disebut juga penjilat , di depan mengatakan hal baik , namun di belakang mengatakan hal lain , orang seperti ini amat dibenci dan dijauhi oleh orang lain , maka keberhasilan akan jauh darinya .. seperti pelari dan garis finish maka orang ini berlari berlawanan dari garis finish , ingatlah kata - katamu harimaumu , gunakan lisan dengan rasional , jika ingin maju jangan lah maju dengan menjatuhkan orang lain , tapi gunakan potensi pribadi , setiap orang bisa BERHASIL , jika MAU

6. Sinistizer

Sinis-tizer adalah orang yang dalam hidupnya selalu berpandangan negatif , entah ketika orang lain ada yang ingin membantu , atau hal yang baik menimpa dirinya , maka dirinya akan senantiasa dikuasi perasaan negatif atau berpikir buruk , orang seperti ini biasanya belum menemukan jalan yang benar untuk berpikir , (saya pribadi kaya gini) .. orang seperti ini akan melihat langit bagai awan kelam dan badai , padahal dibalik itu semua ada pelangi yang indah , jadi ambil sisi baik nya bahkan dari kejadian atau hal terburuk yang pernah anda alami , dan mungkin hal baik dan keberhasilan akan disamping anda

7. Shattered Mirror Man

Orang seperti ini tidak pernah berkaca pada dirinya dan selalu mencoba memperbaiki orang lain tanpa pernah berkaca pada dirinya sendiri , bagai orang yang memakai pakaian kusut yang menceramahi orang agar memakai pakaian yang rapih , orang ini selalu berusaha membuat orang lain sesuai yang dia inginkan , tanpa melihat seperti apa dirinya .. saran saya sebelum memulai atau melakukan suatu perubahan lihatlah diri anda di cermin , dan terapkanlah sudah ada dimana kepribadian saya , sehingga saya bisa melakukan perubahan pada orang lain

8. Delayer

Orang seperti ini adalah ketika ada hal baik dan perubahan yang memajukan diri dia malah menunda nundanya , orang seperti ini terlalu santai pada hidupnya sendiri , padahal keberhasilan adalah soal waktu dan timing tapi dia malah menundanya dan mengatakan akan ada lain waktu , Ingat walau kesempatan bisa datang 2kali tapi bukan berarti kesempatan pertama bisa disia - siakan .. seorang DELAYER adalah seorang yang tidak bersyukur , padahal kesempatan tidak akan Tuhan berikan pada banyak kesempatan

9. High Risker

Orang seperti ini adalah bagai penjudi dalam hidupnya sendiri , dia akan selalu mengambil resiko tinggi dalam menghadapi hal hal yang terjadi di hidupnya , orang tipe ini seperti orang yang diberi 2 pilihan antar terjun langsung ke tujuan atau melewati jembatan pohon , maka dia akan langsung memilih terjun tanpa memikirkan keselamatan dirinya , walaupun HIDUP ITU BERKOMPROMI DENGAN RESIKO , tapi bukan berarti ANDA

HARUS BERJUDI DENGAN HIDUP ANDA SENDIRI , ketika ada pilihan yang lebih mudah di depan mata , mengapa harus mengambil jalan terjal ?

10. Coward Boy

Berlainan dengan high risker maka coward-boy adalah ketika seseorang dihadapkan pada 2 pilihan maka dia tidak akan memilih , dia selamanya akan menjadi pengikut , bawahan , kroco , keberhasilan mungkin akan sulit diraihnyanya , bagaikan monolog dia akan selalu mengikuti gerak orang lain dan selalu berada di bawah pengaruh orang lain , akan sulit baginya menjadi berarti , maka BERANI LAH , HIDUP ADALAH TENTANG PILIHAN , HIDUP ADALAH TENTANG BERKOMPROMI RESIKO , GAGAL KARENA MENCoba ADALAH HAL BIASA , Karena Setelah Gagal dan belajar dari kesalahan , KEBERHASILAN bagaikan emas di pelupuk mata.

Tips dan Trik Mencapai Kesuksesan

Meraih sukses seperti kita pergi ke sebuah tujuan. Kemana pun kita pergi, sejauh apa pun kita, selalu diawali dengan satu langkah, kemudian diikuti oleh langkah-langkah berikutnya. Kita tidak bisa hanya dengan mengejapkan mata, langsung sampai kepada tujuan tersebut. Pepatah mengatakan, perjalanan 100 mil itu dimulai dengan satu langkah. Lalu mengapa kita harus tergesa-gesa? Bukankah sudah sewajarnya segala sesuatu diraih dengan cara bertahap? Pasti akan muncul pertanyaan, apakah ada cara instant meraih kesuksesan?

Sementara saat ini orang lebih suka kepada hal yang instan, serba cepat termasuk meraih sukses. Padahal justru dengan keinginan untuk mendapatkan sesuatu yang instan, malah akan memperpanjang angan-angan. Hidupnya bukan diisi dengan kerja keras untuk meraih sukses, tetapi diisi dengan mengkhayalkan suatu cara yang bisa dilakukan dengan cepat. Jadi tidak ada cara meraih sukses secara instan, akan tetapi cara cepat meraih kesuksesan itu ada.

Sebagian orang yang sudah paham, mereka anti dengan cara meraih sukses instan. Masalahnya, banyak orang yang belum bisa membedakan cara instan dan cara cepat. Karena mereka pikir cara instan itu tidak ada, maka dia terus melakukan cara lambat. Padahal cara cepat itu dan berbeda maknanya dengan cara instan. Cara meraih sukses secara instan adalah cara dimana dengan usaha minimal bahkan kalau bisa tanpa usaha langsung menjadi orang yang sukses. Ini tidak ada, yang ada adalah cara cepat yaitu Anda tetap berusaha, dengan cara yang benar dan cerdas.

Berikut adalah empat jurus meraih sukses dengan cepat.

A. GUNAKAN AKAL ANDA

Yang pertama, gunakan akal Anda untuk menemukan cara meraih sukses lebih cepat dibandingkan saat ini. Pikirkan, bagaimana cara meraih sukses yang lebih cepat dibandingkan yang kita lakukan saat ini. Apakah kualitas dan kuantitasnya harus ditambah? Apakah harus lebih lama? Apakah harus lebih cepat? Pikirkanlah, mungkin ada cara cepat. Tapi jangan berpikir cara instan. Pikirkan bagaimana mempercepat usaha yang Anda lakukan saat ini.

Harus ada keseimbangan antara meraih sesuatu yang real sambil menggunakan akal untuk mencari cara yang lebih cepat. Jangan salah satu, tetapi keduanya harus kita jalani. Sambil mencari cara mempercepat sukses kita, kita tetap melakukan sesuatu yang nyata. Yaitu cara meraih sukses yang sedang kita lakukan saat ini. Saya menjelaskan lebih detail, step by step bagaimana cara menemukan cara tersepat dalam pekerjaan kita dalam produk saya Revolusi Waktu yang bisa Anda pesan disini.

B. MENGAMBIL HIKMAH

Cara meraih sukses dengan cepat yang kedua ialah dengan memanfaatkan hikmah yang kita miliki, baik hikmah dari pengalaman diri sendiri maupun hikmah dari pengalaman orang lain. Dari hikmah yang kita miliki kita bisa mendapatkan pelajaran, cara apa yang benar dan cara apa yang salah. Sehingga kita tidak akan membuang-buang waktu mencoba berbagai cara, sebab kita sudah mengetahui cara mana yang benar.

Jangan terjebak dengan pikiran bodoh yang mengatakan segala sesuatu harus dari nol. Jika Anda sudah mengetahui cara yang benar, maka langsung saja lakukan cara yang tersebut yang bisa kita pelajari dari pengalaman orang lain. Pengalaman orang lain bisa kita dapatkan dengan cara :

- a. Belajar langsung kepada orang yang sudah berhasil. Anda bisa dibimbing langsung oleh orang tersebut. Anda bisa mengikuti pelatihan yang diadakan oleh orang yang sudah berhasil.
- b. Membaca buku yang ditulis oleh orang yang sudah berhasil. Ini memang teori, teori dibuat berdasarkan data empiris, pengalaman, atau percobaan. Jadi teori itu dating dari praktek. Selain buku bisa berupa video atau audio.

C. GUNAKAN DAYA UNGKIT

Apakah Anda akan pergi ke Paris dengan menunggang kuda? Tentu saja tidak. Cara ketiga ialah gunakanlah teknologi, teknologi bisa mempercepat perjalanan kita. Dulu, saat orang Indonesia akan menunaikan ibadah haji harus memakan waktu berbulan-bulan, tetapi dengan ada teknologi, kita bisa menunaikan ibadah haji dengan waktu yang sangat singkat. Jadi gunakan teknologi untuk mempercepat kita dalam meraih sukses.

Teknologi adalah salah satu daya ungkit. Tetapi bukan satu-satunya. Banyak daya ungkit lain yang bisa Anda pelajari di ebook Daya Ungkit yang bisa dipesan disini. Semakin banyak daya ungkit yang Anda ketahui dan mengetahui cara menggunakannya, maka akan lebih cepat Anda meraih sukses.

D. BERLARILAH MENUJU TUHAN

Dan ini, mungkin cara meraih sukses paling cepat, yaitu berlari menuju Tuhan. Maksudnya kita harus mendekati diri segera kepada Tuhan, sebab jika kita mendekati diri kepada Tuhan maka apa yang kita harapkan akan semakin cepat tercapai.

Cara mendekatkan diri kepada Tuhan tiada lain dengan cara mengingat-Nya dan meningkatkan ibadah kita. Bersyukur atas nikmatNya, bersabar dalam mencapai tujuan, tawakal dalam segala urusan kita, dan ikhlas dengan ketentuan yang ditetapkanNya terhadap diri kita.

Selain empat hal diatas ada sebuah artikel menarik tentang "Tips jadi orang sukses dari A sampai Z" dari kiriman seorang rekan. Berikut ini artikelnya. Menurut pakarnya, manusia sukses tidak cuma dari IQ saja. Peran EQ (Emotional Intelligence) pada kesuksesan bahkan melebihi porsi IQ. Seorang pakar EQ bernama Patricia Patton memberikan tips bagaimana kita menemukan dan memupuk harga diri, yang disebutnya alfabet keberhasilan pribadi.

A : Accept.

Terimalah diri Anda sebagaimana adanya

B : Believe.

Percayalah terhadap kemampuan Anda untuk meraih apa yang Anda inginkan dalam hidup.

C : Care.

Pedulilah pada kemampuan Anda meraih apa yang Anda inginkan dalam hidup

D : Direct.

Arahkan pikiran pada hal-hal positif yang meningkatkan kepercayaan diri.

E : Earn.

Terimalah penghargaan yang diberi orang lain dengan tetap berusaha menjadi yang lebih baik

F : Face.

Hadapi masalah dengan benar dan yakin.

G : Go.

Berangkatlah dari kebenaran.

H : Homework.

Pekerjaan rumah adalah langkah penting untuk pengumpulan informasi.

I : Ignore.

Abaikan celaan orang yang menghalangi jalan Anda mencapai tujuan.

J : Jealously.

Rasa iri dapat membuat Anda tidak menghargai kelebihan Anda sendiri.

K : Keep.

Terus berusaha walaupun beberapa kali gagal.

L : Learn.

Belajar dari kesalahan dan berusaha untuk tidak mengulanginya.

M : Mind.

Perhatikan urusan sendiri dan tidak menyebarkan gosip tentang orang lain.

N : Never.

Jangan terlibat skandal seks, obat terlarang, dan alkohol.

O : Observe.

Amatilah segala hal di sekeliling Anda. Perhatikan, dengarkan, dan belajar dari orang lain.

P : Patience.

Sabar adalah kekuatan tak ternilai yang membuat Anda terus berusaha.

Q : Question.

Pertanyaan perlu untuk mencari jawaban yang benar dan menambah ilmu.

R : Respect.

Hargai diri sendiri dan juga orang lain.

S : Self confidence, self esteem, self respect.

Percaya diri, harga diri, citra diri, penghormatan diri akan membebaskan kita dari saat-saat tegang.

T : Take.

Bertanggung jawab pada setiap tindakan Anda.

U : Understand.

Pahami bahwa hidup itu naik turun, namun tak ada yang dapat mengalahkan Anda.

V : Value.

Nilai diri sendiri dan orang lain, berusaha melakukan yang lebih baik tiap saat.

W : Work.

Bekerja dengan giat, jangan lupa berdoa.

X : X'tra.

Usaha lebih keras membawa keberhasilan.

Y : You.

Anda dapat membuat suatu yang berbeda.

Z : Zero.

Usaha nol membawa hasil nol pula

Setelah membaca tips dari A-Z tadi, kembali pahami cara-cara berikut sebagai penguatan diri kita dalam menggapai kesuksesan. Hal tersebut adalah sebagai berikut :

1. **YAKIN PADA DIRI SENDIRI**

Keyakinan diri adalah kekuatan pendobrak yang luar biasa! Dengan keyakinan diri yang kuat, kita bisa menciptakan prestasi, apa yang tidak mungkin menjadi mungkin.

2. **BERANI**

Memang di kehidupan ini tidak ada yang pasti. Tetapi, kita harus BERANI memastikan dan memperjuangkan segala hal yang pantas kita raih!

- Berani menentukan target.
- Berani mulai melangkah.
- Berani memperjuangkan sampai sukses!

3. **DISIPLIN**

Jika Anda ingin sukses, tegakkanlah DISIPLIN DIRI dengan tegas! Kalau Anda tunduk oleh perasaan malas, manja dan bosan, maka pasti nasib Anda pun tidak akan berubah!

4. **KOMITMEN**

Bagi orang yang memiliki KOMITMEN dan integritas tinggi, mereka tidak pernah merasa takut, ragu atau bimbang dalam melaksanakan tugas yang dibebankan kepada mereka.

5. ULET

Ulet bukan sekedar sabar, pasif, apatis, pasrah dan bertahan..!! ULET adalah tekad yang mengandung sikap antusias, gigih, tegar, proaktif, dan pantang Menyerah..!!!

6. SABAR

Jika ingin sukses, SABAR harus kita miliki. SABAR menghadapi orang yang memusuhi dan meremehkan kita, SABAR menghadapi setiap halangan dan tetap berjuang hingga sukses.

Kesulitan ~ Halangan ~ Tekanan ~ Kegagalan adalah SUPLEMEN FOOD (vitamin) bagi orang-orang SUKSES.

7. TEGAR

Seganas apapun badai di kehidupan ini, dia tidak akan pernah menghancurkan insan yang memiliki KETEGARAN, keyakinan, dan niat baik. Kehidupan memang penuh variasi; kadang diuntungkan, kadang dirugikan, kadang sukses, kadang gagal, kadang dipuji, kadang dihina. Semua membutuhkan: ULET, SABAR, TEGAR.

8. SYUKUR

Jika setiap bangun pagi kita bisa MENSYUKURI dengan tulus apa yang telah kita miliki hari Ini, niscaya sepanjang hari kita bisa menikmati hidup ini dengan bahagia

SATUAN LAYANAN (SATLAN)

BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Judul Layanan : “Geng” Itu Positif Atau Negatif?
- B. Bidang Bimbingan : Sosial
- C. Fungsi Layanan : Pemahaman
- D. Komponen Program : Layanan Dasar
- E. Tujuan Layanan : Setelah mengikuti kegiatan layanan ini diharapkan siswa mampu untuk :
- a. Siswa tidak kesulitan dalam bergaul dengan orang lain
 - b. Siswa dapat membedakan pergaulan yang positif dan negatif
 - c. Siswa tidak terjerumus dalam pergaulan negatif di lingkungannya
- F. Metode Layanan : Ceramah, Diskusi dan Tanya Jawab
- G. Pelaksana : Guru BK SMKN 1 Kalasan
- H. Sasaran Layanan : Siswa SMK Kelas XII
- I. Hari/ Tanggal Pelaksanaan :
- J. Tempat Pelaksanaan : Ruang Kelas
- K. Alokasi Waktu : 1x45 menit
- L. Alat dan Bahan : Laptop, LCD
- M. Deskripsi Proses :
- a. Kegiatan Awal
Pembimbing menyiapkan media yang dibutuhkan seperti Infocus, Laptop dsb. Kemudian pembimbing membuka kegiatan layanan dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar peserta didik (siswa) dilanjutkan dengan mengecek kehadiran siswa.
Selanjutnya kegiatan dibuka dengan topik pembicaraan ringan yang mana bertujuan untuk mencairkan suasana sehingga siswa siap memulai kegiatan pelayanan.
Menyampaikan tujuan pelayanan sebagai stimulus kepada siswa agar lebih bersemangat dalam mengikuti kegiatan pelayanan.
 - b. Kegiatan Inti
Pembimbing menyampaikan materi yang telah disiapkan dengan menyajikan materi tersebut melalui infocus. Selama penyampaian materi pembimbing juga melempar beberapa pertanyaan sebagai cara agar siswa tidak terlalu merasa bosan dalam menerima materi. Setelah itu pembimbing mengajak siswa berdiskusi kecil terhadap materi yang di sampaikan.

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

- c. Kegiatan Akhir
Penutup : pembimbing dan siswa sama-sama menyimpulkan manfaat dari kegiatan layanan bimbingan yang telah berlangsung. Pembimbing menutup kegiatan pelayanan dengan salam penutup.
- N. Evaluasi :
- a. Evaluasi Hasil
1. Menilai kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan.
 2. Mengamati dan memantau perubahan sikap dan perilaku siswa secara berkala.
- b. Evaluasi Proses
1. Kesesuaian program dengan jadwal
 2. Respon siswa selama kegiatan pelayanan
 3. Kehadiran dan keaktifan siswa selama proses pelayanan
 4. Ketersediaan sarana dan prasarana yang dibutuhkan
 5. Antusiasme siswa dalam menerima materi yang disampaikan
- O. Tindak Lanjut : Bagi siswa yang membutuhkan dapat mengikuti konseling individual maupun konseling kelompok
- P. Catatan Khusus :
- Q. Refrensi :
- <http://girls.kidnesia.com/Girls/Cerdas/Tips/Tips-Bergaul-yang-Positif>,
http://freedomofme.multiply.com/journal/item/161/Positif-Negatifnya-Nge-Gank?&show_interstitial=1&u=%2Fjournal%2Fitem

Kalasan,

Memeriksa dan Menyetujui

Dosen Pembimbing

Praktikan BK

Drs. Heri Prayitno

Duha Agusta

NIP : 19650616 200501 1 002

NIM : 11104241017

MATERI

Punya banyak teman memang bagus! Tetapi, kita harus menjaga pergaulan agar tak terjerumus ke hal-hal negatif. Bagaimana caranya menjaga diri agar jauh dari pergaulan yang negatif, ya?

Remaja memang masih banyak yang mudah terpengaruh. Maka dari itu kita butuh antisipasi terlebih dahulu. Pilihlah teman dekat, cari yang bisa mendorongmu untuk maju. Misalnya, dekatilah teman-teman yang rajin belajar, selalu ranking di kelas, dan aktif dalam kegiatan-kegiatan yang positif.

Walaupun ada kelompok teman yang kelihatannya menyenangkan, kalau mereka terkenal malas, senang membolos, dan suka menyontek, ya jangan jadikan mereka teman dekat. Tetapi kita juga tak boleh memusuhi mereka, cukup sekadar kenal saja.

Membentuk geng juga boleh-boleh saja, karena ada keuntungannya. Pertama, kita bisa berbagi kesenangan bersama. Kedua, kita bisa mengembangkan hobi bersama. Ketiga, bila ada masalah, biasanya teman se-geng akan membantu mengatasinya. Group, teman dekat, dan sahabat memang sangat penting karena manusia pada dasarnya adalah zoon politicon. Tetapi, bukan berarti hal-hal tersebut membuat kita tidak punya pendirian, kehilangan diri dan selalu bergantung pada teman.

Usia remaja memang masa-masa perkembangan yang menuntut kita untuk berpikir kritis, memperluas pergaulan, dan cenderung dekat dengan teman sebaya yang mengerti emosional kita. Kecenderungan itu dikarenakan teman-teman bisa menghargai dan menerima kita apa adanya sehingga kita nyaman bersamanya. Kerap kali kita menghabiskan waktu, menikmati, dan melakukan berbagai aktivitas bersama teman-teman se-geng. Makanya, di mana pun kita berada, seperti di sekolah, di rumah, di tempat les, sering ditemui kelompok-kelompok pertemanan atau geng. Terdiri atas beberapa orang yang kelihatannya selalu bersama-sama dalam beraktivitas. Nge-geng adalah sebuah fenomena yang tidak bisa dihindari. Keakraban yang terjalin dengan teman-teman menimbulkan masalah serius yang kadang tak disadari. Teman-teman satu geng seringkali mengatur tingkah laku sesama. Mulai dari cara berpakaian, hobby, sikap, dan

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN

Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

lainnya meskipun tidak ada peraturan tertulis untuk mengaturnya. Tekanan kadang datang ketika kita butuh pengakuan kelompok dan reputasi. Tekanan-tekanan itu kadang muncul dari kesadaran kita. Ada yang menuruti bujukan teman se-gengnya karena ingin mencoba sesuatu yang baru, ada yang ingin disukai dan takut diejek, dan merasa aman jika mendapat persetujuan teman se-geng. Ada geng yang sasaran utamanya adalah cari gebetan atau tampil keren. Ada juga geng yang justru memfokuskan kepada pelajaran agar prestasinya bagus di sekolah. Tetapi, ada geng yang hobby melanggar peraturan. Sebenarnya apa sih dampaknya nge-geng? Ada beberapa manfaat kalau kita nge-geng. Misalnya, memperluas wawasan di luar keluarga, punya tempat curhat, mempunyai kesempatan untuk lebih mandiri, dan yang paling klise adalah mencari identitas. Identitas ibarat trade mark sebuah produk yang nantinya akan mempengaruhi kita. Membentuk rasa percaya diri karena adanya status dan reputasi yang bagus saat tergabung di suatu geng. Memang, masa remaja adalah saatnya mencari identitas. Sedikit banyak, geng akan berperan besar ketika kita menanyakan 'siapa saya?', 'saya suka apa?', dll. Geng akan membantu kita untuk menjawab pertanyaan tersebut dan menilai diri sendiri. Kita belajar dari teman-teman dan mereka pun belajar dari kita. Kenapa sih kita berusaha mencocokkan diri dengan kelompok? Jawabannya, kita butuh rasa keterikatan dengan orang lain agar kita bisa survive di lingkungan. Tapi, apakah kita mampu menolak hal yang tidak sesuai? Atau kita akan ikut-ikutan dengan hal-hal yang berbau negatif yang dilakukan teman-se-geng? Nah, untuk itu kita harus mampu membedakan hal positif dan negatifnya. Hal positif contohnya, ketika nilai anjlok, maka teman-teman se-geng mengadakan belajar bareng. Tapi, jika mereka meminta merokok atau nge-drugs supaya dianggap anak gaul? Jangan segan-segan untuk menolaknya. Sebagian besar geng menuntut kesamaan antar anggotanya. Tetapi, ada saatnya kita harus menunjukkan siapa diri kita, kita perlu untuk menunjukkan bahwa kita adalah individu yang berbeda dengan orang lain. Biasanya, remaja yang mempunyai harga diri yang tinggi mengetahui dengan jelas batasan-batasannya untuk mengikuti geng-nya. Keunikan dan tampil beda akan menambah kepercayaan diri kita. Tapi, mohon ingat bahwa keunikan yang kita miliki jangan berbentuk sesuatu yang negatif dan melanggar norma-norma yang berlaku di masyarakat.

PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMKN 1 KALASAN
Randugunting Tamanmartani Kalasan Sleman Yogyakarta 55571
Email / Telp : smkn1kalasan@gmail.com / 0274-496436

Setelah memiliki geng, kita jangan menutup diri dari teman-teman di luar geng. Akan lebih bagus lagi, bila geng kita bisa menjadi contoh positif bagi teman-teman lain. Misalnya, belajar bersama, ikut les renang bareng, buka puasa bersama di panti asuhan, dan sebagainya.

Jadi, selamat berteman dengan seru ya! Selalu jaga dirimu dari hal yang negatif !



KARTU BIMBINGAN PPL
PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY
TAHUN 2014.....

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMKN 1 KALASAN
Alamat Sekolah : RANDU GUNTING, TAMAN MARTANI, KALASAN, JK. Fax./ Telp. Sekolah : 0274 - 496436
Nama DPL PPL : Dr. Budi Achti, M.Si
Prodi / Fakultas DPL PPL : Bimbingan Konseling / FIP
Jumlah Mahasiswa PPL : 2. (dua)

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL
1.	9 Agustus 2014	2	Need assesment		
2.	16 Agustus 2014	2	Pencana Program Layanan Bk		
3.	18 Agustus 2014	2	Konseling individual		
4.	21 Agustus 2014	2	pelaksanaan Proker		
5.	26 Agustus 2014	2	kebutuhan siswa smk		
6.	30 Agustus 2014	2	Layanan Bk.		
7.	6 September 2014	2	case conference & konsultasi Laporan		
8.					

PERHATIAN :

- ☛ Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL (1 kartu untuk 1 prodi).
- ☛ Kartu bimbingan PPL ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL setiap kali bimbingan di lokasi.
- ☛ Kartu bimbingan PPL ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL untuk keperluan administrasi.



Mhs PPL Prodi BK

DUKA AGUSTA
NIM: 11104291017