

ANGKET

NAMA :

KELAS :

SEKOLAH :

NO	Pertanyaan	YA	TIDAK
1	Saya merasa kehadiran saya tidak diterima dari lingkungan saya		
2	Saya tidak yakin dengan kemampuan yang saya Miliki		
3	Saya merasa mendapat perlakuan yang tidak baik dari lingkungan saya		
4	Saya merasa was was dengan orang lain		
5	Mereka tidak benar benar tulus dalam membantu saya		
6	Saya takut seseorang membicarakan saya		
7	Saya susah bergaul dengan orang lain		
8	Seringkali saya merasa tidak menjadi bagian dari kelompok		
9	Saya malu dan tidak percaya diri ketika salah		
10	Saya sedih mengerjakan tugas sendiri		
11	Saya memilih menghindar ketika ada masalah		
12	Saya sulit memafkan seseorang yang menyakiti saya		
13	Saya enggan mencoba hal baru		
14	Saya enggan memuji kemampuan oranglain		
15	Saya cenderung cuek dengan orang baru		

LEMBAR OBSERVASI SIKLUS I

Hari/Tanggal :

Nama Konselor :

Nama observer :

Petunjuk : Istilah dengan memberi tanda ceklist (v) pada kolom tersebut sesuai dengan proses keadaan proses pelaksanaan teknik berlangsung.

Penilaian : B (Baik) bobotnya 3, S (Sedang), dengan nilai bobot 2, dan K (Kurang) dengan nilai bobot.

No	Tahap	Aktivitas yang di observasi	Penilaian		
			B	S	K
			3	2	1
1.	Mengidentifikasi masalah	1. Konselor menanyakan masalah yang dihadapi konseli			
		2. Konselor menjelaskan tujuan dan asas dalam konseling			
		3. Konselor menanyakan pengalaman konseli mengenai kegiatan konseling			
		4. Konselor menanyakan penyebab timbulnya masalah			
		5. Konselor memaparkan kembali kata kunci dari apa yang diungkapkan konseli			
2	Pengenalan konsep	6. Konselor menjelaskan konsep teknik kursi			

	dan asas konseling	kosong			
	dan teknik kursi kosong	7. Konselor menanyakan pemahaman konseli terhadap teknik kursi kosong			
3.	Mengkondisikan konseli untuk berperan sesuai dengan dirinya sesuai dengan masalah yang hendak diantisipasi	8. Konselor meminta konseli untuk duduk dan berperan sesuai dengan dirinya			
		9. Konselor memandu konseli untuk duduk dan rileksasi dengan mengatur nafas			
4.	Proses membayangkan kehadiran imajiner	10. Konselor meminta konseli untuk memejamkan mata membayangkan bahwa lawan imajiner benar-benar hadir duduk di kursi kosong			
		11. Konselor memberi jeda terhadap konseli dalam membayangkan lawan imajiner			
5.	Meminta konseli untuk mendialogkan/bicara sesuai dengan peran dirinya	12. Konselor meyakinkan konseli untuk dapat memerankan diri secara utuh sesuai dengan masalah yang di alami			
6.	Konselor meminta konseli untuk memainkan dua peran	13. Konselor meminta konseli untuk menyampaikan apa yang ia rasakan terhadap peran imajiner			
		14. Konselor memberi jeda dan meminta konseli untuk mengatur nafasnya			

		15. Konselor meminta konseli untuk pindah posisi duduk dan memerankan peran imajiner			
7.	Pemahaman baru	16. Konselor meminta konseli untuk menyimpulkan pemahaman baru yang telah didapat			
8.	Evaluasi	17. Konselor mengevaluasi prose menggunakan lembar observasi yang telah diisi oleh kolaborator			
		18. Konselor mengevaluasi hasil menggunakan angket yang diisi oleh konseli			

RPL BIMBINGAN DAN KONSELING

TAHUN AJARAN 2020/2021

A	IDENTITAS	
	1. Sekolah	SMP N 22 KOTA JAMBI
	2. Kelas/Semester	VII E/ I (Satu)
	3. Bidang Bimbingan	Pribadi dan Sosial
	4. Jenis Layanan	Konseling Individual
	5. Topik/Pokok Bahasan	Prasangka Buruk
	6. Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengentasan
	7. Sasaran Layanan	Siswa Inisial ETM
	8. Waktu pelaksanaan	28 Desember 2020
	9. Penyelenggara Layanan	Ririn Eka Lestari
	10. Tempat	Smp Negeri 22 Kota Jambi
B	TUJUAN LAYANAN	Membantu siswa dapat mengurangi sifat prasangka buruk dengan menggunakan teknik kursi kosong
C	METODE/TEKNIK	Teknik Kursi Kosong
D	URAIAN KEGIATAN	
	Tahapan Teknik Kursi Kosong	Uraian kegiatan
	Mengidentifikasi masalah	1. peneliti menanyakan masalah yang dihadapi konseli
		2. peneliti menjelaskan tujuan dan asas

		dalam konseling
		3. peneliti menanyakan pengalaman konseli mengenai kegiatan konseling
		4. peneliti menanyakan penyebab timbulnya masalah
		5. Peneliti menanyakan hal yang ingin dilakukan konseli
	Pengenalan konsep dan asas konseling dan teknik kursi kosong	6. peneliti menjelaskan konsep teknik kursi kosong
	Pengenalan konsep dan asas konseling dan teknik kursi kosong	7. peneliti menanyakan pemahaman konsei terhadap teknik kursi kosong
	Mengkondisikan konseli untuk berperan sesuai dengan dirinya sesuai dengan masalah yang hendak diantaskan	8. Peneliti meminta konseli untuk duduk dan berperan sesuai dengan dirinya
	Mengkondisikan konseli untuk berperan sesuai dengan dirinya sesuai dengan masalah yang hendak diantaskan	9. peneliti memandu konseli untuk duduk dan rileksasi dengan mengatur nafas
	Proses membayangkan kehadiran imajiner	10. peneliti meminta konseli untuk memejamkan mata membayangkan bahwa lawan imajiner benar benar hadir duduk di kursi kosong
	Proses membayangkan kehadiran imajiner	11. peneliti memberi jeda terhadap konseli dalam membayangkan lawan imajiner
	Meminta konseli untuk mendialogkan/berbicara sesuai dengan peran dirinya	12. peneliti meyakinkan konseli untuk dapat memerankan diri secara utuh sesuai dengan masalah yang di alami
	Peneliti meminta konseli untuk	13. peneliti meminta konseli untuk

	memainkan dua peran	menyampaikan apa yang ia rasakan terhadap peran imajiner
		14. peneliti memberi jeda dan meminta konseli untuk mengatur nafasnya
		15. peneliti meminta konseli untuk pindah posisi duduk dan memerankan peran imajiner
	Pemahaman baru	16. peneliti meminta konseli untuk menyimpulkan pemahaman baru yang telah didapat
	Evaluasi	17. peneliti mengevaluasi proses menggunakan lembar observasi yang telah diisi oleh kolaborator
		18. peneliti mengevaluasi hasil menggunakan angket yang diisi oleh konseli
E	EVALUASI	1. Penilaian proses menggunakan lembar observasi yang diisi oleh kolaborator
		2. Penilaian hasil menggunakan angket yang diisi oleh konseli
F	TINDAK LANJUT	Melakukan konseling kedua sesuai kesepakatan

Mengetahui,

Guru Kolaborator

Jambi, 28 Desember 2020

Peneliti

Hayati, S.Pd

NIP. 19680429 199702 2001

Ririn Eka Lestari

NIM. AIE116098

Pedoman wawancara

Nama : Tempat :

Hari/tgl : kelas :

1. Bagaimana gambaran siswa yang sering berprasangka dikelas?
2. Mengapa siswa membagi kelompok berdasarkan anggota tertentu ?
3. Apa yang melatarbelakangi prasangka buruk bisa terjadi ?
4. Prasangka buruk yang seperti apa yang pernah terjadi dikelas ?
5. Bagaimana sikap siswa yang tampak ketika sedang berprasangka buruk ?
6. Adakah tindakan diskriminatif yang terjadi dikelas yang disebabkan oleh prasangka ?
7. Bagaimana upaya ibu dalam mengentaskan permasalahan yang berhubungan dengan prasangka buruk ?

Pedoman wawancara

Nama : Tempat :

Hari/tgl : kelas :

1. Bagaimana pendapat anda mengenai teman dari kelompok lain ?
2. Apakah pernah terlintas didalam pikiran anda bahwa kelompok anda yang lebih baik dari kelompok lain ? jika ia jelaskan !
3. Ketika anda berpapasan dengan seseorang yang tidak anda sukai, bagaimana anda mengekspresikannya ?
4. Apakah anda bisa menerima seseorang yang memiliki masalah dengan kelompok anda ?
5. Ketika anda salah, apakah anda mampu mengutarakan permintaan maaf ?
6. Ketika timbul prasangka buruk terhadap kelompok lain, tindakan seperti apa yang lakukan ?
7. Permusuhan seperti apa yang pernah anda alami ?
8. Bagaimana anda menyikapi diri anda ketika prasangka buruk muncul dalam benak pikiran anda ?
9. Diskriminasi seperti apa yang pernah terjadi dikelas ?
10. Bagaimana kriteria anda dalam mendiskriminasikan seseorang ?