

**LEMBAR INFO KLIEN & DETAIL KONTAK**

Catatan: Seluruh informasi pribadi tersimpan dengan aman, mengacu pada undang-undang yang berlaku, dan kerahasiaannya tetap terjaga

**Informasi Klien**

Nama Lengkap : Nurin Pramadini  
Nama panggilan : Nurin  
Alamat : Jl. Saturnus no. 6 Malang

**Nomor Telepon/Detail Kontak**

Rumah : (0341)582139 ..... Kantor : (031)7319610 .....  
Cellphone(s) : 08123307717 ..... Skype Id : .....  
e-mail(s) : pramadini@gmail.com .....

**Informasi Pekerjaan**

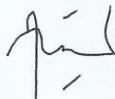
Jabatan : Jabatan Fungsional Ahli Muda Pembina Jasa Konstruksi  
Instansi : Balai Jasa Konstruksi Wilayah IV Surabaya – Kementerian PUPR  
Industri : Pemerintah .....

**Informasi Pribadi**

Tempat / Tanggal Lahir : Malang, 22 Januari 1983 Status Pernikahan : Belum Menikah

Surabaya, 14 September 2023

Tandatangan Coachee



Nurin Pramadini

**LEMBAR PENDAHULUAN COACHING  
(Persiapan Untuk Sesi Coaching)**

Coach : Ir. Mochammad Natsir, M.Sc ..... Coachee : Nurin Pramadini .....

1. Topik/Isu yang ingin saya bahas (Agenda Coaching) :

Manajemen waktu

2. Mengapa topik/isu ini penting ?

Karena banyak pengaruhnya terhadap kehidupan sehari-hari, baik dalam kehidupan pribadi dan pekerjaan, dan apa yang biasanya direncanakan tidak sesuai dengan yang dilaksanakan

3. Rencana saya untuk menyelesaikan Topik/Isu ini :

Lebih berkomitmen dan disiplin dalam melaksanakan manajemen waktu



Tandatangan Coachee



Tandatangan Coach

**RINGKASAN COACHING**

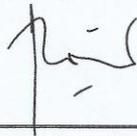
Coach : Ir. Mochammad Natsir, M.Sc ..... Coachee : Nurin Pramadini .....

Tanggal : 18 September 2023 ..... Durasi : 1 jam 10 menit.....

Tujuan (Goal)
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dapat menerapkan manajemen waktu lebih baik lagi, sehingga porsi waktu dalam pekerjaan dan pribadi akan lebih seimbang</li> <li>2. Menentukan rencana dalam bekerja sehingga dapat meningkatkan efektifitas waktu dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi</li> <li>3. Peningkatan produktivitas yang tentunya akan dapat lebih membantu, khususnya dalam hal pekerjaan</li> <li>4. Meningkatkan kedisiplinan dan komitmen diri</li> </ol>
Gambaran secara lebih rinci (Goal Descriptions)
<p>Ada kekurangan dalam manajemen waktu, jadi meskipun pekerjaan terselesaikan tapi waktu yang diperlukan kurang efisien. Semestinya pekerjaan tersebut dapat diselesaikan dalam jangka waktu yang lebih singkat, apabila ada perencanaan yang lebih jelas, dan komitmen serta disiplin dalam menerapkannya. Dengan lebih memperbaiki dari sisi manajemen waktu diharapkan akan ada peningkatan hasil dari produktivitas yang tentunya akan dapat membantu instansi, dan pada diri sendiri tercapai keseimbangan antara pekerjaan dan hal di luar pekerjaan.</p>

Mohon lengkapi rencana aksi ini dengan Coach anda, di akhir sesi coaching.

Rencana Aksi (Action Plan)	Jadwal Waktu (Date Line)
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menentukan skala prioritas</li> <li>2. Membuat rencana pekerjaan dan jangka waktu pelaksanaan</li> <li>3. Melaksanakan rencana yang telah disusun dan mengadakan evaluasi berkala</li> </ol>	<p>Untuk rencana dan skala prioritas dilakukan seminggu sekali, yang kemudian sebisa mungkin dipatuhi dan dilaksanakan, dimana akan dievaluasi pribadi sebulan sekali</p> <p>Dalam waktu 3 bulan diharapkan akan ada peningkatan produktivitas kerja dan efektifitas waktu</p>
<p>Sesi Coaching Berikutnya (Next Coaching Session)</p> <p>Tanggal : .....</p>	<p>Waktu : .....</p>




**UMPANBALIK COACHING**

Coach : Ir. Mochammad Natsir, M.Sc ..... Coachee : Nurin Pramadini .....

Mohon tuliskan narasi singkat tentang pengalaman coaching anda di table-tabel berikut

1. Bagaimana pandangan Anda tentang sesi coaching ini dalam membantu menangani masalah Anda saat ini?

Dengan adanya sesi coaching ini saya dapat membuka wawasan lebih luas lagi dan menggali hal-hal yang selama ini belum terpikirkan. Karena coach membantu memberikan umpan sehingga dapat memancing daya pikir mengenai topik yang dimaksud, dan membantu untuk menjelajahi lebih jauh hingga ke depannya, termasuk manfaat dan efek yang akan timbul di kemudian hari.

2. Apa yang dapat ditingkatkan dalam sesi coaching ini untuk memastikan sesi coaching berikutnya dapat berjalan lebih baik?

Pelaksanaan sesi coaching secara online sempat mengalami kondisi koneksi kurang lancar, akan lebih baik bila coaching dilakukan secara offline.  
Namun karena lokasi coach dan coachee yang berjauhan maka pelaksanaan secara online juga memiliki nilai tambah sendiri.

3. Siapa orang yang Anda kenal, yang Anda rasa perlu untuk mendapatkan sesi coaching ini?

Umi Syarifah, ST., MT  
Sukaryanto, ST  
Erwin Restika Mawarni, S.Kom., MT