

## 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 : Uswatun Khasanah  
Nama Panggilan : Uswa  
Alamat : Jl. Sendang Utara III RT 02 RW 07, Semarang  
Usia : 29

### Nomor Telepon/Detail Kontak

Whatsapp : 085876635882 Kantor :  
Email : Instagram : @uswahsn30

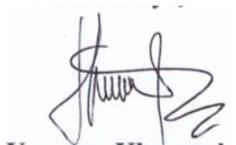
### Informasi Pekerjaan

Jabatan : Apoteker  
Instansi : Swasta  
Industri : Klinik

### Informasi Pribadi

Tempat/Tanggal Lahir : Grobogan, 30 Mei 1994

Status Pernikahan: Belum Menikah



Uswatun Khasanah

## LEMBAR PENDAHULUAN COACHING

(Persiapan Untuk Sesi Coaching)

Coach: Hafidz

Coachee: Uswatun Khasanah

1. Topik/isu yang ingin saya bahas:

Saya merasa hidup saya begini2 saja, seperti tertinggal dengan orang lain. Saya selalu takut dan khawatir ketika akan mencoba. Banyak hal yang dipikirkan ketika akan memulainya. Persaan takut dihina, diremehkan, tidak diakui atau pikiran sendiri yang menakut-nakuti. Padahal tuntutan zaman sekarang mengharuskan orang untuk bisa berpikir kreatif agar tidak tertinggal. Tapi saya merasa tidak punya ide apapun untuk bisa menyamai. Apa karena pekerjaan saya saat ini atau karena lingkungan sekitar saya yang tidak mau berkembang. saya ingin bisa berubah, saya ingin seperti orang2 yang bisa berlari dan bisa maju.

2. Mengapa topik/isu ini penting?

Karena saya ingin berubah seperti orang2 diluar sana yang bisa. Selain karena faktor usia, Saya juga ingin bisa membahagiakan orangtua dari perubahan yang saya lakukan.

3. Rencana saya untuk menyelesaikan Topik/Isu ini:

Belum ada, karena sayamasih merasa bingung untuk memulai



Uswatun Khasanah

---

Coach



Hafidz Fathudin

**RINGKASAN COACHING**

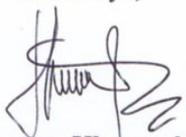
Coach : Hafidz Fathudin  
 Coachee : Uswatun Khasanah  
 Tanggal : 23 December 2023  
 Durasi : 1 jam 15 menit

Tujuan (Goal)
Mewujudkan Mimpi atau cita-cita menjadi pemilik usaha apotek
Gambaran secara lebih rinci (Goal Descriptions)
Mendirikan Apotek tahun 2024 Akhir  ID : Bersyukur LB : Pembuktian pada orang lain

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

Rencana Aksi (Action Plan)	Jadwal Waktu (Date Line)
1. Menabung 1,5 juta / Bulan (Sudah terkumpul 30) 2. Belajar Tentang penanganan apotek 3. Mencari lokasi strategis 4. Ngobrol dengan orang tua 5. Mencari dan belajar dari webinar 6. Belajar di Youtube tentang kepemimpinan	1. Akhir tahun dapat memiliki 50jt+ 2. Setiap waktu Kerja 3. Sabtu / minggu jam 9 – 12 4. Dateline Akhir Januari 5. 2x dalam 1 bulan 6. Malam hari akhir pekan
Sesi Coaching Berikutnya (Next Coaching Session) Tanggal: 23 Januari 2024	Waktu: 13.30

Coachee



( Uswatun Khasanah )

Coach



**UMPANBALIK COACHING**

Coach : Hafidz Fathudin

Coachee : Uswatun Khasanah

*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?

Action plan saya menjadi lebih tertata dan saya lebih yakin dan mantap untuk mewujudkan mimpi saya walaupun saya memiliki keterbatasan dalam diri.

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

Tidak ada

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

Teman kantor