

## 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 : Maghfira Ramadhani  
Nama Panggilan : Fira  
Alamat : Geulumpang Payong, Blangpidie, Aceh Barat Daya  
Usia : 25 Tahun

### Nomor Telepon/Detail Kontak

Whatsapp : 087771183902 Kantor :  
Cellphone : Instagram : maghfira.rmdhani

### Informasi Pekerjaan

Jabatan : Fungsional Statistisi Ahli Pertama  
Instansi : BPS Kabupaten Aceh Barat Daya  
Industri : Statistik

### Informasi Pribadi

Tempat/Tanggal Lahir : Jayapura, 7 Januari 1998

Status Pernikahan: Belum Kawin



Coachee

## LEMBAR PENDAHULUAN COACHING

(Persiapan Untuk Sesi Coaching)

Coach: Hafidz Fathudin

Coachee: Maghfira Ramadhani

1. Topik/isu yang ingin saya bahas:

Ingin meningkatkan kepercayaan diri di lingkungan kerja

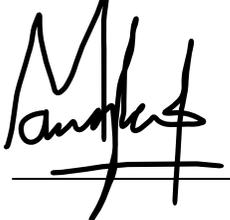
2. Mengapa topik/isu ini penting?

Merasa terjerumus dan tidak bisa keluar dari lingkaran tuntutan. Sedikit tempat sharing. Sulit beradaptasi dengan lingkungan. Terutama emosi yang naik turun. Mood yang tidak terkontrol dan sudah mengganggu orang lain.

3. Rencana saya untuk menyelesaikan Topik/Isu ini:

Selain memenuhi ruhiyah dengan beribadah dengan benar, ingin mencari tempat/ komunitas untuk sharing tentang pengembangan diri supaya tidak stuck dan semakin larut pada pekerjaan saja.

Coachee



Coach



Hafidz Fathudin

**RINGKASAN COACHING**

Coach : Hafidz Fathudin  
 Coachee : Maghfira Ramadhani  
 Tanggal : 22 Desember 2023  
 Durasi : 1 jam 0 menit

Tujuan (Goal)
Lebih Percaya Diri dalam Mengutarakan yang benar dan mengakui yang salah
Gambaran secara lebih rinci (Goal Descriptions)
Belajar berbicara lebih banyak dengan lingkungan (Kerja, pengajian, keluarga) dan belajar tentang kepercayaan diri  ID : Bersyukur dengan karunia yang ada LB : tidak percaya diri untuk memulai percakapan

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

Rencana Aksi (Action Plan)	Jadwal Waktu (Date Line)
1. Ngobrol dengan lingkungan Kajian baru 2. Berusaha menyapa kabar semua keluarga 3. Belajar membaca buku & podcast / youtube 4. Mempersiapkan pekerjaan lebih awal	Sabtu, 23 Desember 2023 8-10 Sabtu, 23 Desember 2023 10 Sore dan setelah magrib Selasa, rabu, dan kamis
Sesi Coaching Berikutnya (Next Coaching Session) Tanggal: 22 Januari 2023	Waktu: 13.00

Coachee

(  )

Coach



**UMPANBALIK COACHING**

Coach : Hafidz Fathudin

Coachee :

*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?

Lebih tertata dalam merencanakan, ternyata saya bisa

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?

Suci, sahabat saya.