

**BAHAN MATERI LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING
SMK PGRI PASIR SAKTI**

**MODUL / HAND OUT
BIMBINGAN KLASIKAL**



FABRI ANGGRAINI

201502954951

PROGRAM PROFESI GURU BIMBINGAN DAN KONSELING

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

TAHUN 2020

BAHAN MATERI
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021



Satuan Pendidikan	: SMK PGRI Pasir Sakti
Komponen	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Pribadi dan Sosial
Jenis Layanan	: Klasikal
Kelas / Semester	: XI / Ganjil
Alokasi Waktu	: 1 x 45 menit

A.	Materi/Judul Tema Layana	Dahsyatnya keutamaan bersyukur
B.	Tujuan Bahan Materi Layanan	<p>Tujuan Umum :</p> <p>Peserta didik/konseli mampu menyadari nikmat (Tuhan YME) serta memiliki sikap syukur terhadap nikmat yang telah diberikan oleh-Nya</p> <p>Tujuan Khusus:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik/konseli Mampu mengklasifikasi manfaat bersyukur kepada Tuhan YME . 2. Peserta didik/konseli mampu mengidentifikasi akibat jika tidak mau bersyukur. 1. Peserta didik/konseli mampu menganalisis sebab-sebab kurangnya bersyukur
C.	Intisari Bacaan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Manfaat Bersyukur 2) Akibat Jika Tidak Mau Bersyukur 3) Sebab-sebab Kurang Bersyukur
D.	Referensi	1) http://wildanmuamaroh.blogspot.com/2017/11/dahsyatnya-keutamaan-bersyukur.html

Dahsyatnya keutamaan bersyukur

Bersyukur sebuah kata yang sangat indah, dan akan menjadi hal yang luar biasa ketika sudah dilakukan dengan sepenuh hati yang ikhlas. Sesungguhnya tidak ada orang yang bisa merasa berbahagia jika ia tidak pernah bersyukur, sebab syukur adalah syarat mutlak agar seseorang bisa berbahagia. Rasa syukur akan menjadikan hati kita merasa tenang, damai dan merasa sangat bergembira atas kesempatan hidup yang Tuhan berikan pada kita.

1) Manfaat Bersyukur

Dalam kehidupan kita pasti pernah mengalami hal yang membuat kita bahagia dan kadang juga malah membuat kita merasa menjalani hidup adalah sebuah penderitaan. Bersyukurlah atas kehidupan yang telah Allah berikan, kita masih diberi kesempatan untuk hidup bernafas bebas, panca indra yang sempurna.

Berikut manfaat bersyukur dalam kehidupan, diantaranya :

- 1) Hidup dalam keberuntungan Orang yang hidupnya bersyukur akan selalu berfikir positif didalam setiap hal yang menimpanya baik yang menyenangkan ataupun yang menyedihkan.
- 2) Hidup dalam kebahagiaan Orang yang bersyukur akan selalu merasa hidupnya penuh dengan kecukupan, oleh karena itu mereka selalu merasa bahagia karena yakin bahwa setiap apa yang dia peroleh itulah yang terbaik.
- 3) Memiliki wibawa dimata orang lain Orang yang berbahagia adalah orang yang hidupnya penuh dengan kebaikan, mereka memiliki wajah yang di hormati dan disayang oleh banyak orang karena wajah mereka dihiasi oleh wajah penuh syukur 4. Terlihat lebih rupawan Menurut para pakar psikologi orang yang bersyukur akan memiliki wajah yang selalu tersenyum menjalani hidup dan orang yang selalu tersenyum itu manambah kecantikan dan ketampanannya 5. Awet muda dan umur panjang Orang yang selalu bersyukur memiliki watak yang sabar, sedangkan orang yang sabar berdampak pada kesehatan dan awet muda karena otot wajah beraktifitas tidak terlalu banyak dibandingkan dengan orang yang memiliki watak pemarah.

2) Akibat Jika Tidak Mau Bersyukur

Berikut akibat dan ancaman jika tidak mensyukuri nikmat, diantaranya:

1. Hidup Menderita Hidup rasanya selalu menjadi beban, iri dengan keberuntungan orang lain, dan enggan untuk berusaha lebih baik. Mereka yang tidak mau bersyukur hidupnya penuh dengan kesusahan, suka mengeluh dan menyalahkan takdir.
2. Hidup menjadi selalu sial Penelitian membuktikan orang yang tidak bersyukur selalu memiliki sifat negatif pada diri sendiri (Pesimis) dan pada orang lain (buruk sangka). Orang yang berfikir negatif lebih banyak mendapat kesialan dari pada orang yang berfikir Positif.
3. Mudah terserang penyakit Pendarahan, Pengiri dan berfikir negatif adalah sifat dari orang yang tidak mau bersyukur dengan keadaan yang dia miliki. Mereka cenderung cuek dengan lingkungan dan diri sendiri, akibatnya kekebalan tubuh.
4. Di akhirat di siksa oleh Tuhan Tuhan berfirman : "Dan jika kalian manusia mau bersyukur atas nikmat yang telah aku berikan kepada kalian maka niscaya aku akan menambah nikmat yang telah aku berikan kepada kalian, dan jika kalian kufur (tidak mau bersyukur) maka ketahuilah niscaya siksa ku itu pedih." ayat itu menjelaskan bahwa orang yang tidak mau bersyukur atau kufur atas nikmat Allah bahwa siksaan yang pedih akan menimpa pada dirinya kelak ketika di akhirat.

3) Sebab-sebab Kurang Bersyukur

Berikut ini sebab-sebab yang menjadikan manusia kurang bersyukur :

1. Lalai dari nikmat Allah.
Sesungguhnya banyak manusia yang hidup dalam kenikmatan yang besar, baik nikmat yang umum maupun khusus. Akan tetapi dia lalai darinya.
2. Kebodohan terhadap hakikat nikmat
Sebagian orang tidak mengetahui nikmat, tidak mengenal dan tidak memahami hakikat nikmat. Dia tidak tahu bahwa dirinya berada dalam kenikmatan, karena dia tidak mengetahui hakikat nikmat.
3. Pandangan sebagian manusia kepada orang yang berada di atasnya
Jika seorang manusia melihat kepada orang yang di atasnya, yaitu orang-orang yang diberi kelebihan atasnya, dia akan meremehkan karunia yang Allah berikan kepadanya. Sehingga dia pun kurang dalam melaksanakan kewajiban syukur. Karena dia melihat apa yang diberikannya adalah sedikit.

Melupakan masa lalu Di antara manusia ada yang pernah melewati kehidupan yang menyusahkan dan sempit. Dia hidup pada masa-masa yang menegangkan dan penuh rasa

takut, baik dalam masalah harta, penghidupan atau tempat tinggal. Dan tatkala Allah memberikan kenikmatan dan karunia kepadanya, dia enggan untuk membandingkan antara masa lalunya dengan kehidupannya sekarang agar menjadi jelas baginya karunia Robb atasnya.

BAHAN MATERI
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021



Satuan Pendidikan	: SMK PGRI Pasir Sakti
Komponen	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Belajar
Jenis Layanan	: Klasikal
Kelas / Semester	: XI / Ganjil
Alokasi Waktu	: 1 x 45 menit

A.	Materi/Judul Tema Layana	Belajar Efektif Di Masa Pandemi Covid-19
B.	Tujuan Bahan Materi Layanan	<p>Tujuan Umum :</p> <p>Peserta didik/konseli mampu menerapkan Belajar yang efektif dimasa pandemi covid 19</p> <p>Tujuan Khusus:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mampu Menerapkan cara-cara belajar yang efektif saat pandemi covid-19 2. Peserta didik mampu Menganalisis teknik belajar yang efektif saat pandemi covid-19 3. Peserta didik mampu Mengklasifikasi berbagai macam model belajar
C.	Intisari Bacaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tips menerapkan cara belajar efektif selama masa pandemi covid-19 2. Tips Menganalisis teknik belajar yang efektif saat pandemi covid-19 3.
D.	Referensi	<p>Referensi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. https://www.kompasiana.com/rahmadini5991/5f32bbc4097f3674bb349692/5-cara-efektif-belajar-dirumah-selama-masa-pandemi-covid-19 2. https://edukasi.kompas.com/read/2020/04/28/174620771/ingin-belajar-di-rumah-lebih-optimal-ini-6-tips-bagi-siswa?page=all 3. https://edukasi.kompas.com/read/2020/03/27/091849971/5-cara-jadikan-rumah-tepat-belajar-yang-efektif?page=all

Belajar Efektif Di Masa Pandemi Covid-19

Tips menerapkan cara belajar efektif selama masa pandemi covid-19 :

1) Tentukan Waktu

Kamu harus menentukan waktu yang tepat yang cocok untuk waktu belajar, setelah menentukan waktu buatlah schedule seperti disekolah misalnya kamu harus menentukan waktu kamu belajar dari jam 08.00 sampai jam 10.00 begitu seterusnya. Jadi dengan kamu menentukan waktu serta membuat schedule kamu tidak akan ketinggalan pelajaran dan belajarpun jadi lebih efektif.

2) Ciptakan Ruang/Tempat Belajar Yang Kondusif

Menciptakan ruang belajar yang kondusif maksudnya adalah ruang atau tempat yang membuat kamu nyaman dan lebih fokus belajar. Contohnya dikamarmu sendiri dengan keadaan yang membuatmu nyaman tanpa ada suara yang menganggunu fokus belajarmu, dengan begitu kamu akan menjadi lebih efektif belajar.

3) Cari Tahu Cara Belajar Yang Sesuai Dengan Kamu

Kamu harus mencari tahu cara belajar yang sesuai dengan kamu, misalnya kamu lebih nyaman cara belajar sambil mendengarkan musik, sambil nyemil jajanan, belajar didalam ruangan atau diluar ruangan. Jika kamu sudah tau mana cara belajar yang sesuai dengan kamu kamu pasti akan lebih rileks dan nyaman belajarnya, cara ini juga bisa menghindari kamu dari rasa malas dan rasa kantuk lo! Dengan begitu belajarpun jadi lebih efektif.

4) Menjaga Kesehatan dan Kebersihan Serta Kelengkapan Alat Tulis

Menjaga kesehatan sangat penting khususnya dimasa pandemi covid-19 ini, kamu harus lebih menjaga kesehatanmu dan menjaga imun tubuh mu agar terhindar dari virus atau penyakit-penyakit yang tidak diinginkan. Jangan lupa juga untuk memperlengkap alat tulis kamu untuk keperluan belajar.

Tips Menganalisis teknik belajar yang efektif saat pandemi covid-19

1) Motivasi diri sendiri

Ciptakan motivasi untuk belajar dengan cara berikut: Buat perjanjian dengan diri sendiri kalau kamu baru bisa melakukan aktivitas favoritmu (seperti nonton atau main game) setelah semua target belajar tercapai. Tulis dan pajang pepatah motivasi favorit kamu di dekat meja belajar. Kamu juga bisa minta bantuan dari keluarga atau teman-temanmu untuk mengingatkan kamu.

2) Mengulang kembali materi yang sudah di berikan oleh guru

Mengerjakan tugas saja kadang tidak cukup untuk memahami materi pembelajaran. Cara berikut ini bisa anda coba untuk benar-benar memahami pelajaran dengan mengulang materinya

kembali. Nonton video-video pembelajaran online. Diskusikan materi yang dipelajari dengan teman-teman kamu di group chat. Buat rangkuman atau peta konsep materi tersebut yang dapat membantu kamu mengulang kembali materi tersebut di masa depan.

3) Bertanya dengan orang lain

Meskipun tidak bertemu langsung, bukan berarti kamu tidak berinteraksi dengan orang lain. Kamu bisa tetap berkomunikasi dengan orang-orang terdekatmu untuk membantu proses belajarmu dan memastikan kamu tahu apa yang terjadi di sekelilingmu.

Orang tua: anda bisa berdiskusi tentang tugas yang diberikan oleh guru.

Guru: anda bisa bertanya tentang tugas atau meminta masukan atas hasil tugas yang dikerjakan.

Teman-teman sekelas: anda bisa saling memberi kabar, berdiskusi tentang tugas.

Website sumber belajar dan platform berita: anda bisa mencari referensi tugas dan membaca berita-berita terkini

Mengklasifikasi berbagai macam model belajar yang efektif

Harus mulai Memahami bahwa anda harus belajar untuk belajar bukan apa yang harus dipelajari.

Rumah sejatinya adalah tempat untuk beristirahat, bermain dengan keluarga hingga sosialisasi dengan tetangga. Menjadikan rumah sebagai ruang belajar hingga bekerja selama masa darurat Covid-19 bisa menjadi hal menantang untuk sejumlah keluarga. Namun, untuk mengajak anak fokus belajar, sebenarnya orangtua tak harus menyediakan ruang belajar khusus untuk anak. Orang tua bisa memanfaatkan ruang manapun di dalam rumah untuk belajar dan bekerja. Ada sejumlah manfaat saat anak memiliki ruang belajar yang kondusif, yakni anak menjadi lebih fokus, anak memiliki ruang untuk berkreasi, hingga membangun kebiasaan untuk belajar secara mandiri.

BAHAN MATERI
LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021



Satuan Pendidikan	: SMK PGRI Pasir Sakti
Komponen	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Karir
Jenis Layanan	: Klasikal
Kelas / Semester	: XI / Ganjil
Alokasi Waktu	: 1 x 45 menit

A.	Materi/Judul Tema Layana	Perencanaan Karir Masa Depan
B.	Tujuan Bahan Materi Layanan	<p>Tujuan Umum :</p> <p>Peserta didik/konseli mampu mengembangkan perencanaan karir sehingga dapat meraih cita cita yang diharapkan</p> <p>Tujuan Khusus:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik/konseli mampu merencanakan karir masa depan secara matang 2. Peserta didik/konseli dapat mengembangkan langkah-langkah dalam melakukan perencanaan karir
C.	Intisari Bacaan	<ol style="list-style-type: none"> 1 aspek perencanaan karir 2. Langkah dalam melakukan perencanaan karir 3. cara memilih jenis pekerjaan 4. Sukses Melanjutkan Dunia Kerja
D.	Referensi	<ol style="list-style-type: none"> 1) https://core.ac.uk/download/pdf/324200484.pdf 2) https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/18178/16568

Perencanaan Karir Masa Depan

Karir merupakan suatu keseluruhan kehidupan seseorang dalam perwujudan diri untuk menjalani hidup dan mencapai tujuan.

1. Menurut Suherman (2009: 116), aspek perencanaan karir terdiri dari indikator-indikator sebagai berikut:

- 1) mempelajari informasi karir. Informasi karir mencakup segala informasi yang terkait dengan karir. Informasi karir bisa didapatkan dari berbagai macam sumber, misal media elektronik, media cetak ataupun sumber yang bersangkutan secara langsung. Siswa yang memiliki perencanaan karir akan memanfaatkan Informasi yang telah didapat dari berbagai sumber untuk dipelajari sehingga setiap siswa memiliki pemahaman tentang karir;
- 2) membicarakan karir dengan orang dewasa. Siswa yang memiliki perencanaan karir akan mempunyai anggapan bahwa orang dewasa merupakan orang yang memiliki banyak pengalaman dan pengetahuan termasuk salah satu pengalaman dan pengetahuan tentang karir;
- 3) mengikuti pendidikan tambahan (kursus). Mengikuti kursus atau pendidikan tambahan diharapkan agar siswa memiliki ketrampilan terkait dengan karir yang telah dipilih dalam perencanaan karir. Memiliki ketrampilan yang dibutuhkan dalam karir akan mempermudah siswa untuk dapat sukses dalam karir yang telah direncanakan;
- 4) berpartisipasi dengan kegiatan ekstrakurikuler. Siswa yang memiliki perencanaan karir akan memanfaatkan ekstrakurikuler di sekolah sebagai media untuk menambah ketrampilan yang akan digunakan dalam pencapaian karir yang sesuai dengan cita-cita setiap siswa.

2. Langkah dalam melakukan perencanaan karir

- 1) mengetahui kondisi pekerjaan yang diinginkan. Siswa yang memiliki perencanaan karir maka akan mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi tentang kondisi pekerjaan yang diinginkan. Siswa bisa memanfaatkan berbagai media serta berbagai sumber informasi untuk mengetahui kondisi pekerjaan yang diinginkan. Beberapa sumber antara lain media elektronik, cetak, maupun orang yang sudah berpengalaman dan memiliki pengetahuan tentang karir;

- 2) mengetahui persyaratan pendidikan untuk karir yang diinginkan. Untuk memasuki karir maka dibutuhkan syarat-syarat tertentu. Salah satu dari syarat memasuki karir adalah syarat pendidikan. Secara umum tuntutan pendidikan akan diberlakukan untuk memasuki karir tertentu
- 3) Dapat merencanakan apa yang harus dilakukan setelah tamat dari sekolah. 64 ATMAJA Siswa yang mempunyai perencanaan karir pasti sudah ada perencanaan dalam diri terkait tentang langkah yang harus dilakukan setelah lulus dari sekolah. Setelah lulus dari sekolah maka siswa akan melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi karir. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh siswa akan terarah pada kegiatan yang akan menunjang kesuksesan karir yang telah direncanakan siswa;
- 4) Mengetahui cara dan kesempatan memasuki karir yang diinginkan. Salah satu tujuan dari perencanaan karir adalah untuk bisa mencapai kesuksesan karir di masa depan. Untuk mencapai kesuksesan karir maka siswa harus mampu mengetahui cara memasuki karir yang diinginkan. Sehingga siswa yang memiliki kemampuan perencanaan karir pasti memiliki pengetahuan tentang cara dan kesempatan untuk memasuki karir yang diinginkan; 10) mengatur waktu luang secara efektif

3. Adapun cara memilih jenis pekerjaan menurut Holland ,

Pada teori yang dikembangkan oleh John L. Holland merumuskan 6 tipe kepribadian manusia dalam pemilihan pekerjaan berdasarkan atas inventori kepribadian yang disusun atas dasar minat yaitu :

- 1) tipe realistik
- 2) tipe intelektual/investigative
- 3) tipe sosial
- 4) tipe konvensional
- 5) tipe usaha/enterprising
- 6) tipe artistik.

4. Sukses Melanjutkan Dunia Kerja

Ciri-ciri seseorang yang telah memiliki perencanaan karir yang dikemukakan oleh Tohirin dalam Nurjannah (2013) di akses melalui http://smansabk.blogspot.co.id/p/blog-page_68.html yaitu:

- 1) memiliki pemahaman terhadap dunia kerja;

- 2) memiliki minat dan bakat khusus terhadap dunia karir tertentu;
- 3) mempunyai kepribadian yang berkenaan dengan karir
- 4) memiliki nilai-nilai yang berkaitan dengan karir