

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KLASIKAL
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

Satuan Pendidikan : SMK YAPARI-AKTRIPA
 Kelas / Semester : XII (Dua Belas) / 1
 Mata Pelajaran : Bimbingan dan Konseling
 Bidang Layanan : Bimbingan Klasikal
 Pertemuan : 1
 Alokasi Waktu : 45 menit

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik Layanan	Sikap Asertif pada Remaja
D	Fungsi Layanan	Pemahaman dan pengembangan
E	Tujuan Umum	Peserta didik mampu meningkatkan sikap asertif
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mampu mendeskripsikan sikap asertif beserta karakteristiknya. 2. Peserta didik mampu menjabarkan faktor-faktor yang mempengaruhi sikap asertif 3. Peserta didik mampu menelaah kaitan antara sikap asertif dan kehidupan sehari-hari 4. Peserta didik mampu mempraktikkan sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari.
G	Sasaran Layanan	Kelas XII
H	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Definisi dan karakteristik sikap asertif 2. Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap asertif 3. Kaitan antara sikap asertif dengan kehidupan sehari-hari 4. Pengaplikasian sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari
I	Waktu	2 Kali Pertemuan (2x 45 Menit = 90 menit)
J	Sumber	<ol style="list-style-type: none"> 1. Clark, Jenifer. ----. Cara Bersikap Asertif. Tersedia di: https://id.wikihow.com/Bersikap-Asertif 2. Hadi, Syamsul. (2014). <i>Pentingnya Sikap Asertif</i>. Tersedia di: https://www.maribelajarbk.web.id/2014/12/pentingnya-sikap-asertif.html 3. ----. <i>BAB II Sikap Aserif</i>. Tersedia di: http://etheses.uin-malang.ac.id/630/6/10410031%20Bab%202.pdf
K	Metode/Teknik	Pengajaran Langsung
L	Media/Alat	Laptop, Power Point, Video Asertif, dan lembar kerja siswa.
M	Pelaksanaan	
	Tahap	Uraian Kegiatan
	1. Tahap Awal/Pendahuluan	

	a. Pernyataan tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK membuka dengan salam dan berdoa 2. Guru BK membina hubungan baik dengan peserta didik untuk menanyakan kabar dan mempresensi satu persatu. 3. Peserta didik menjawab dengan menyampaikan kabar dan memperhatikan guru yang sedang melakukan presensi. 4. Menyampaikan tujuan layanan materi bimbingan dan
		<p>konseling tentang sikap asertif pada remaja</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Peserta didik memperhatikan dan mendengarkan tujuan layanan yang disampaikan oleh guru BK
	b. Penjelasan langkah-langka kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik. 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 45 menit pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK mengajak peserta didik untuk berbagi pengalaman terhadap topik yang akan dibicarakan (apersepsi)
	d. Tahap peralihan (transisi)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh siswa pada tahap selanjutnya 2. Guru BK menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan dan memulai ke tahap inti 3. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan siswa
	2.Tahap Inti	<ol style="list-style-type: none"> a. Guru BK menyajikan Power Point tentang definisi dan karakteristik sikap asertif. b. Guru BK mempersilahkan pserta didik untuk menonton video yang akan diputar tentang sikap asertif c. Guru bimbingan dan konseling mempersilahkan konseli untuk menjawab lembar kerja siswa tentang video yang ditayangkan.
	3.Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi layanan Sikap Asertif pada Remaja 2. Guru BK merefleksi peserta didik dengan Menanyakan kebermanfaatan/kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BK memberikan penguatan dan menyampaikan materi layanan yang akan datang 4. Guru BK mengakhiri kegiatan dengan berdoa dan salam

N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses keaktifan peserta didik selama mengikuti layanan klasikal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan Refleksi hasil materi “Sikap Asertif pada Remaja”, setiap peserta didik menuliskan dikertas yang sudah disiapkan di awal pemberian layanan. 2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan bimbingan klasikal 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik memberikan penjelasan dari pertanyaan guru BK tentang sikap asertif pada remaja
	2. Evaluasi Hasil	<ol style="list-style-type: none"> 1. Merasakan pemahaman baru mendapatkan pengetahuan tentang sikap asertif pada remaja 2. Merasakan perasaan positif tentang topik yang dibahas dan cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan : mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 3. Merencanakan kegiatan setelah mendapatkan materi sikap asertif pada remaja

Lampiran:

1. Lampiran Materi Layanan
2. Lembar Kerja Siswa
3. Instrumen Evaluasi Proses dan Hasil
4. Lampiran Media PPT dan Video

Mengetahui,
Kepala SMK YAPARI-AKTRIPA

Bandung,
Guru BK/Konselor,

Iman Wilmansyah, S. E.

Siti Munawaroh, S. Pd.

LAMPIRAN

MATERI LAYANAN DASAR SIKAP ASERTIF PADA REMAJA

1. Definisi dan Karakteristik Sikap Asertif

Sebelum meningkatkan sikap asertif pada diri kita, alangkah baiknya kita mengetahui dan memahami terlebih dahulu apa itu sikap asertif. Asertif didefinisikan sebagai kata sifat yang mengandung atau menunjukkan ketegasan.

Definisi lainnya menyebutkan bahwa asertif adalah satu bentuk tingkah laku interpersonal yang terdiri dari komunikasi secara langsung, terbuka dan jujur yang menunjukkan pertimbangan dan penghormatan terhadap individu lain.

Satu lagi definisi mengenai pengertian asertif, asertif atau asertivitas merupakan proses untuk menghilangkan hambatan personal sehingga dapat mengembangkan kreativitas. Asertivitas juga merupakan salah satu cara yang paling efektif untuk mencapai kebebasan diri dan rasa kepercayaan diri. Di dalam asertivitas terkandung sifat-sifat rasa kepercayaan diri, kebebasan berekspresi secara jujur, tegas, dan terbuka tanpa mengecilkan atau mengensampingkan arti orang lain serta berani bertanggung jawab.

Dari beberapa pengertian yang telah disebutkan tadi maka dapat disimpulkan bahwa asertif merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang sebagai hasil dari pengalaman dan proses belajar, setiap orang bisa mengembangkan sikap asertif dikarenakan asertif bukan suatu kemampuan bawaan akan tetapi dapat dipelajari. Orang asertif yaitu orang yang dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, keinginan, dan kebutuhan secara jujur, terus terang, dengan pandangan dasar setiap orang memiliki hak dan kebutuhan yang sama pentingnya dengan orang lain.

Orang yang berperilaku asertif memiliki karakteristik antara lain :

- a) Mampu dan terbiasa mengekspresikan pikiran dan perasaan pada orang lain.
- b) Meminta pertolongan pada orang lain pada saat membutuhkan pertolongan.
- c) Sering bertanya pada orang lain pada saat sedang bingung.
- d) Pada saat berbeda pendapat dengan orang lain, mampu mengungkapkan pendapatnya secara jujur dan terbuka.
- e) Memandang wajah orang yang diajak bicara pada saat berbicara dengannya.
- f) Pada saat tidak ingin melakukan sesuatu pekerjaan, mampu berkata tidak.

Agar kalian lebih faham lagi tentang sikap asertif, mari kita simak video animasi berikut.



<https://www.youtube.com/watch?v=jSVB5WfOwEw>

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap Asertif

Pengalaman individu dalam sepanjang hidupnya membuat seseorang mengadopsi sikap asertif. Sikap asertif seseorang berkembang secara bertahap sebagai hasil interaksi antara anak, orang tua, dan orang-orang lain di sekitarnya. Seseorang belajar berperilaku asertif atau tidak asertif dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu sebagai berikut.

a. Hukuman

Terkadang seseorang gagal untuk bersikap asertif dalam situasi-situasi tertentu karena di masa lalu dalam situasi yang sama ia merasa terhukum secara fisik maupun mental karena mengungkapkan keinginannya. Hukuman demi hukuman terjadi berulang-ulang sehingga karenanya akan membentuk individu menjadi non asertif, asertif, atau agresif.

b. Ganjaran

Seseorang mengadopsi sikap non asertif, asertif, atau agresif mungkin juga karena dia menerima ganjaran dari sikap yang ia perbuat tersebut, sehingga akan cenderung diulang lagi.

c. Modeling

Perilaku yang ditunjukkan oleh orang-orang disekitar, merupakan pengaruh seseorang bersikap asertif. Banyak perilaku seseorang dipengaruhi oleh modeling. Modeling meliputi proses mengamati dan menirai tingkah laku dari orang-orang yang menjadi figur disekitar individu. Dari proses modeling inilah individu belajar untuk bersikap non asertif, asertif, atau agresif.

d. Kesempatan untuk mengembangkan sikap yang sesuai

Kegagalan seseorang dalam mengembangkan sikap asertif bisa disebabkan karena mereka tidak memiliki kesempatan dimasa lalu untuk belajar cara bersikap yang tepat. Ketika dihadapkan pada situasi-situasi baru, mereka tidak dituntut untuk berperilaku seperti apa, atau mereka akan merasa gugup karena kurangnya pengetahuan yang mereka miliki. Sementara orang yang pada masa lalunya memiliki banyak kesempatan untuk mengembangkan tingkah lakunya akan dapat mengatasi situasi-situasi baru dengan lebih efektif.

e. Standar budaya dan keyakinan pribadi

Kelompok budaya yang berbeda mengajari anggotanya cara bersikap yang berbeda pula dengan kelompok budaya lain. Situasi dalam interaksi sosial, keyakinan pribadi seseorang juga mempengaruhi cara orang tersebut untuk bersikap dalam hubungan sosial. Keyakinan ini meliputi keyakinan akan hak setiap orang dalam hubungannya dengan orang lain.

f. Keyakinan akan hak mutlak sebagai individu

Orang akan bersikap secara non asertif, asertif dan agresif juga dipengaruhi oleh keyakinan orang tersebut terhadap haknya dan hak orang lain dalam situasi sosial. Seorang individu mungkin tidak mengetahui hak-haknya dalam situasi tertentu sehingga ketidak tahuan inilah yang mungkin mengarahkannya untuk bersikap non asertif.

3. Kaitan antara Sikap Asertif dengan Kehidupan Sehari-Hari

Sikap asertif sangat penting diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah. Bersifat asertif pada hampir semua situasi, akan membuat orang merasa respek, dan senang bekerja sama dengan kita. Perilaku asertif akan muncul pada saat orang

melakukan hubungan interpersonal dengan orang lain. Pada saat hubungan interpersonal tersebut pihak yang satu merasa nyaman dan pihak yang lainnya juga merasa nyaman. Nyaman dengan dirinya ditunjukkan dengan tidak terlalu berlebihan dengan emosinya, memiliki toleransi, mempunyai *self-respect*, dan mempunyai kemampuan untuk menghadapi masalah.

Bila kita bersikap asertif dalam kehidupan sehari-hari, maka yang akan terjadi dalam kehidupan sehari-hari adalah sebagai berikut :

- a. Tidak membiarkan orang lain mengambil manfaat dari kondisi yang kita alami, dan orang lain juga memiliki kebebasan untuk mengungkapkan apa yang dirasakan.
- b. Tidak berperilaku agresif pada orang lain, bahkan menerima kehadiran orang lain dengan sikap terbuka.
- c. Kedua belah pihak yang berkomunikasi merasa nyaman, tidak ada yang ingin menyakiti lawan bicaranya dan tidak ada yang merasa disakiti hatinya.
- d. Tidak ada pihak yang merasa disalahkan dan dihina oleh keberadaan emosi negatif yang dirasakan oleh lawan bicaranya.
- e. Lawan bicara tidak terpancing untuk memberikan respons emosional.

4. Pengaplikasian Sikap Asertif dalam Kehidupan Sehari-Hari

Setelah kita mengetahui pengertian sikap asertif, karakteristik orang yang memiliki sikap asertif, faktor-faktor yang mempengaruhi sikap asertif, dan sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari, maka sebaiknya kita mengaplikasikan sikap asertif dalam kehidupan kita sehari-hari.

Berikut cara mengaplikasikan sikap asertif pada kehidupan sehari-hari.

- a. Gunakan kalimat dengan kata “saya” atau “aku”. Pesan yang berfokus tentang diri sendiri saat berkomunikasi menunjukkan bahwa Anda bertanggung jawab atas perasaan dan pendapat Anda tanpa menyerang atau menyalahkan orang lain. Pernyataan asertif ini disampaikan berdasarkan apa yang Anda alami, alih-alih berfokus pada pengalaman orang lain. Kata “saya” atau “aku” adalah cara menjelaskan “inilah situasi yang aku hadapi” kepada teman bicara.
- b. Belajarlah mengatakan “tidak”. Menolak tugas atau ajakan teman untuk pergi di malam hari mungkin membuat Anda terkesan kurang suka berteman, tetapi berkata “tidak” sama artinya dengan berkata “ya” pada kegiatan dan tugas yang mendukung kemajuan Anda. Manfaatkan waktu sebaik mungkin dengan melakukan kegiatan yang bermanfaat. Menolak permintaan yang bertentangan dengan kepentingan Anda adalah salah satu cara bersikap asertif.
- c. Jangan menilai orang lain. Banyak orang malu bersikap asertif saat bersosialisasi karena bagi mereka, bersikap asertif berarti menilai. Sesuai definisinya, asertif berarti memiliki pendirian, tetapi tetap saling berkompromi, mempertimbangkan keinginan orang lain, dan bersikap menghargai. Menilai bukan seperti ini.
- d. Kendalikan emosi. Orang-orang asertif biasanya memiliki keterampilan berkomunikasi yang baik sebab mereka mampu mengendalikan emosi. Berusahalah mengendalikan perasaan dengan baik sebab ketidakmampuan mengendalikan emosi akan berakibat buruk dalam berkomunikasi.

- e. Hilangkan pernyataan bersyarat. Pernyataan bersyarat adalah kalimat lanjutan yang menyambung pernyataan awal agar tidak terkesan memaksa. Dalam konteks argumen tertulis, ada baiknya jika penulis memberikan peluang untuk ketidakpastian. Oleh sebab itu, pernyataan bersyarat bisa digunakan untuk keperluan ini. Namun dalam konteks memberikan pernyataan asertif, Anda harus menggunakan pernyataan kategoris untuk menyampaikan pendapat, yaitu pernyataan yang Anda yakini sepenuhnya. Pernyataan kategoris adalah pernyataan asertif sebab tidak menunjukkan keraguan.
- f. Perhatikan bahasa tubuh Anda. Komunikasi nonverbal bisa lebih berdampak daripada kata-kata yang Anda ucapkan. Komunikator yang asertif harus menyadari bahasa tubuhnya agar tidak terkesan mengancam, tidak peduli, dan lain-lain.
- g. Belajarlah menentukan sikap. Sikap mengalah belum tentu membawa kebaikan dalam kehidupan sehari-hari. Akan tetapi, menjatuhkan orang lain karena kesalahan kecil mungkin membuat Anda dimusuhi. Bersikap asertif berarti mampu bersikap tegas, tetapi fleksibel.

Daftar Bacaan

- Clark, Jenifer. -----. Cara Bersikap Asertif. Tersedia di: <https://id.wikihow.com/Bersikap-Asertif>
- Hadi, Syamsul. (2014). *Pentingnya Sikap Asertif*. Tersedia di: <https://www.maribelajarbk.web.id/2014/12/pentingnya-sikap-asertif.html>
- . *BAB II Sikap Aserif*. Tersedia di: <http://etheses.uin-malang.ac.id/630/6/10410031%20Bab%202.pdf>

**LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK
SIKAP ASERTIF PADA REMAJA**

1. Tuliskan karakteristik sikap asertif yang terdapat di dalam diri Anda!

No.	Karakteristik Sikap Asertif yang dimiliki	Karakteristik Sikap Asertif yang belum dimiliki
1		
2		
3		
4		
5		
6		

2. Tuliskan cara Anda agar sikap asertif dalam diri Anda berkembang!

No.	Cara Menumbuhkan Sikap Asertif
1	
2	
3	
4	
5	

3. Tuliskan contoh kasus yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari Anda yang menuntut Anda bersikap asertif.

No	Keadaan	Respon terhadap keadaan (Bersikap asertif)
1		
2		
3		
4		
5		

Tersedia secara online pada : https://docs.google.com/forms/d/1PV2Ts01tz4DYRHq9-rD775VL0qXJ0JsVTPEk6ipBeyU/edit?usp=drive_web

LEMBAR EVALUASI
Evaluasi Proses Layanan Bimbingan Klasikal
“Sikap Asertif pada Remaja”

Kegiatan	Hasil Pengamatan
Peserta didik menuliskan manfaat yang didapatkan setelah melaksanakan layanan bimbingan dan konseling ini, kendala apa saja yang dihadapi saat melaksanakan layanan bimbingan dan konseling ini, serta solusi yang dipilih oleh peserta didik untuk menghadapi kendala tersebut	
1. Guru BK Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan bimbingan klasikal	
2. Guru BK mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya	
3. Guru BK Mengamati cara peserta didik memberikan penjelasan dari pertanyaan guru BK tentang sikap asertif pada remaja	

Evaluasi Hasil Layanan Bimbingan Klasikal
“Sikap Asertif pada Remaja”

Nama :

Kelas :

Pertanyaan	Jawaban
1. Apakah kalian merasakan pemahaman baru mendapatkan pengetahuan tentang sikap asertif?	
2. Apakah kalian merasakan perasaan positif tentang topik yang dibahas dan cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan :	mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami (pilih salah satu dan kemukakan alasannya)
3. Kegiatan apa yang akan kalian rencanakan setelah mendapatkan materi sikap asertif pada remaja?	

Tersedia secara online pada: <https://docs.google.com/forms/d/1HaQ7T1U-iRTMdxPTPFUwsaIG5jV7IvdWrq6Vx3zDumc/edit>