

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING  
(RPLBK)**

**Satuan Pendidikan** : SMP Negeri 3 Balikpapan  
**Kelas / Semester** : VIII/Genap  
**Tema** : **Kematangan Hubungan dengan Teman Sebaya**  
**Sub Tema** : **Etika dalam Menjalin Persahabatan sesuai Norma/Budaya/Agama**  
**Pembelajaran ke** : 1  
**Alokasi Waktu** : 10 Menit

**A. Tujuan Pembelajaran**

1. Menyebutkan hal-hal positif yang dilakukan dalam membina persahabatan
2. Menganalisis hal-hal yang merusak persahabatan

**B. Metode, Alat, dan Bahan**

1. Metode : Self Instruction
2. Alat/Media : *Infocus*, Lembar kuesioner, Lembar rentangan, Angket Evaluasi

**C. Langkah-langkah**

1. Pendahuluan
  - a. Melakukan pembukaan dengan salam pembuka dan doa
  - b. Menyapa siswa dengan sapaan yang semangat dan akrab
  - c. Memberikan pengantar singkat tentang kegiatan bimbingan dan tujuan kegiatan bimbingan
  - d. Menanyakan kesiapan konseli
2. Kegiatan Inti
  - a. Guru BK memberikan lembaran kuesioner "Persahabatan"
  - b. Siswa mengisi kuesioner dengan jujur dan melihat rentangan berdasarkan nilai yang didapat dari hasil kuesioner
  - c. Guru Bk meminta siswa menyebutkan hal-hal positif untuk membangun persahabatan
  - d. Siswa menyebutkan hal-hal positif untuk membangun persahabatan
  - e. Guru Bk meminta siswa menyebutkan hal-hal yang merusak persahabatan
  - f. Siswa menyebutkan hal-hal yang merusak persahabatan
  - g. Penutup
    - a. Guru BK atau konselor memberikan penguatan
    - b. Guru BK merencanakan tindak lanjut
    - c. Guru BK menutup kegiatan dan mengucapkan salam perpisahan

**D. Penilaian Pembelajaran**

1. Proses : Guru BK melakukan evaluasi terhadap siswa dalam memahami tujuan materi yang disampaikan, dan instrumen yang digunakan apakah dapat memberi manfaat bagi peserta didik dan mencapai sasaran yang diharapkan
2. Hasil : Siswa menuliskan hasil belajar/refleksi setelah mengikuti bimbingan dengan mengisi angket evaluasi hasil

Mengetahui  
Kepala Sekolah

Balikpapan, 15 Januari 2021  
Guru BK

Hj. Eny Wahyuni, S.Pd  
Nip. 19631207 198403 2 010

Eka Marida Astriani, S.Pd  
Nip 19821214 200903 2 006

## **Materi Persahabatan**

### **Hal-hal positif yang dilakukan untuk membina persahabatan**

1. Jujur  
Jujur adalah syarat utama dalam membangun persahabatan, dengan adanya kejujuran, kita dan sahabat akan semakin terhubung dalam ikatan batin yang kuat
2. Mengatasi kesalahpahaman  
Segala bentuk kesalahpahaman sebaiknya segera diselesaikan. Sebab jika dibiarkan, kesalahpahaman yang tampaknya sepele bisa menghancurkan persahabatan
3. Minta maaf  
Tidak ada satupun orang yang sempurna di dunia ini. Jadi jangan takut minta maaf jika berbuat salah. Sebaliknya, jika sahabat yang bersalah, maafkan dia.
4. Terimakasih  
Selain minta maaf, mengucapkan terimakasih terkadang juga masih sering diabaikan oleh sebagian orang, padahal ucapan terimakasih benar-benar bisa membuat persahabatan semakin kuat.
5. Saling menolong  
Rahasia membangun persahabatan abadi adalah berusaha untuk menolong sahabat dalam hal yang positif. Jika anda juga selalu ada untuknya, sahabat pasti akan melakukan hal serupa
6. Jangan berburuk sangka  
Kecurigaan dan buruk sangka pada sahabat identik dengan rasa iri yang tinggi. Hilangkan perasaan itu ketika sahabat ternyata gagal memenuhi harapan anda. Lebih baik tanyakan langsung daripada mengira yang tidak benar
7. Jangan sinis  
Setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Terima hal itu dan jangan melihat dunia dengan kaca mata negatif. Daripada sinis, lebih baik jujur dan apa adanya pada sahabat demi menjaga persahabatan yang abadi

### **Hal-hal yang merusak persahabatan**

1. Kecemburuan  
Sebenarnya sifat ini sangat normal dialami semua orang. Mungkin saja kamu cemburu terhadap sahabat yang punya banyak kelebihan. Namun ketika rasa cemburu berubah menjadai iri hati, berarti persahabatan berjalan ke arah yang kurang baik. Maka lepaskanlah rasa iri hati, dan cobalah untuk ikut berbahagia atas segala hal yang baik yang diterimanya
2. Sinis  
Meskipun kejujuran adalah hal yang penting dalam persahabatan, namun jika komunikasi dengan cara yang sinis, meremehkan, atau bahkan menyakitkan, maka ada hal yang tidak beres dalam persahabatan. Berkomunikasilah satu sama lain dengan jujur dan terbuka, serta saling menghormati.
3. Egois  
Akan ada saatnya kita membutuhkan teman untuk skadar bercerita atau pun meminta bantuannya. Namun jika persahabatan kita selalu terpusat pada dia saja itu artinya dia hanya memedulikan apa yang terjadi pada dirinya. Persahabatan seharusnya saling memberi dan menerima

4. Selalu *negative thinking*

Berpikirlah sekali lagi jika persahabatan kita adalah karena kesamaan nasib, misalnya karena merasa benci pada seseorang atau sesuatu, atau punya kesamaan dalam hal-hal negatif, misalnya suka membicarakan orang lain. Hal ini tidak akan berjalan dengan baik untuk persahabatan kita. Persahabatan harus memiliki kekuatan positif di dalamnya

5. Selalu menghakimi

Penghakiman dalam persahabatan bisa menggerogoti persahabatan, kepercayaan diri, sekaligus kepercayaan kita kepada sahabat. Masing-masing kita harus bisa menerima keputusan, pandangan, atau kebutuhan, dan tidak boleh saling memaksakan. Sahabat yang baik harus membiarkan kita jujur pada diri kita sendiri

## KUESIONER PERSAHABATAN

Berilah centang (V) pada pilihan jawaban dari pernyataan di bawah ini dengan mengisi pilihan jawaban SS (Sangat Sering), S (Sering), KK (Kadang-kadang), TP (Tidak Pernah). Lalu jumlahkan skornya, kemudian lihatlah lembar rentangan persahabatan berdasarkan jumlah skor yang kamu dapatkan.

| No | Pernyataan   | SS | S | KK | TP |
|----|--|----|---|----|----|
| 1  | Jika ada teman yang curhat, saya senang mendengarkan   |    |   |    |    |
| 2  | Jika ada teman yang suka mengolok-olok orang lain, saya akan menasehati teman tersebut       |    |   |    |    |
| 3  | Teman saya mendapat kesulitan, saya berusaha untuk menolongnya                               |    |   |    |    |
| 4  | Teman saya memberikan makanannya, saya mengucapkan terimakasih                               |    |   |    |    |
| 5  | Secara tidak sengaja saya menginjak kaki teman saya, saya meminta maaf padanya               |    |   |    |    |
| 6  | Teman saya menyapa saya dipagi hari, saya tersenyum padanya                                  |    |   |    |    |
| 7  | Saya meminta pertolongan teman saya untuk membelikan saya makanan                            |    |   |    |    |
| 8  | Kaki teman saya terluka, saya menolongnya membawanya ke UKS untuk diobati                    |    |   |    |    |
| 9  | Jika ada teman baru, saya akan memperkenalkan diri terlebih dahulu                           |    |   |    |    |
| 10 | Jika ada teman yang mengajak saya mengobrol di tengah-tengah pelajaran saya tidak menanggapi |    |   |    |    |
| 11 | Jika ada teman yang membuly teman yang lain saya sedih                                       |    |   |    |    |
| 12 | Teman saya sakit hati dan mendiamkan saya, saya akan membicarakan dan meminta maaf padanya   |    |   |    |    |
| 13 | Saya tidak senang mengolok-olok teman  |    |   |    |    |
| 14 | Saya memotong pembicaraan, saat orang lain sedang berbicara                                  |    |   |    |    |
| 15 | Saya merasa sedih jika ada teman yang dimarahi oleh guru                                     |    |   |    |    |
| 16 | Teman saya menceritakan rahasianya kepada saya lalu saya menyimpan rahasianya                |    |   |    |    |
| 17 | Saya suka bercanda tetapi tidak berlebihan   |    |   |    |    |
| 18 | Jika bertemu dengan teman saya di jalan (di luar sekolah), saya menyapa                      |    |   |    |    |
| 19 | Saya tidak memusuhi teman saya yang ketahuan mencuri   |    |   |    |    |
| 20 | Saya tidak iri jika ada teman yang dipuji oleh guru  |    |   |    |    |

**Skor :**

Sangat Sering (KK) : 1

Sering (S) : 2

Kadang-kadang (KK) : 3

Tidak Pernah (TP) : 4

# Rentangan Persahabatan

## Kamu di mana?

1. Rentangan 61-80, kamu adalah orang yang mampu bersosialisasi dengan baik, kamu memiliki empati yang baik, kamu tahu bagaimana menghargai keberadaan orang lain, kamu tidak meremehkan teman-temanmu, tapi jangan menjadi sombong dengan kebaikanmu. Jadilah orang yang bersyukur dan rajin terus-menerus melatih dirimu untuk peka terhadap sekitarmu, yang akan membuatmu menjadi pribadi yang mampu menghargai dirimu dan teman-teman bahkan siapapun yang ada di sekitarmu. Teruslah berdoa dan berjuang ya, jadilah pribadi yang berguna, yang semakin hari semakin bersinar bagi sekitarmu.
2. Rentangan 41-60, sebenarnya kamu adalah pribadi yang baik hanya saja kamu masih harus terus belajar, tapi jangan puas dulu ya, kamu harus terus-menerus dengan lebih giat lagi melatih dirimu untuk lebih peka terhadap sekitarmu. Lihatlah teman-temanmu, mereka butuh dukungan dan perhatianmu. Jangan pernah malu, sungkan bahkan gengsi untuk menolong dan mendukung mereka, percaya deh jika kamu menghargai keberadaan mereka, maka kamu akan merasa bertambah bahagia karena kamu merasa begitu berguna dan dibutuhkan oleh mereka, berdoa dan jangan menyerah ya
3. Rentangan 21-40, posisi ini sedikit berbahaya buatmu, karena sepertinya kamu kurang peka terhadap sekitarmu dan tidak terlalu menghargai keberadaan teman-temanmu. Tetapi jangan khawatir, tidak ada kata terlambat selama masih ada waktu dan selama kamu mau berubah menjadi pribadi yang lebih baik. Jadikan ini pelajaran untuk melatih dirimu lagi dan lagi. Sadarilah bahwa kamu adalah seseorang yang penting dan sama pentingnya dengan teman-teman sekitarmu Semangat ya, berdoa dan jangan mau menyerah, hidup adalah kesempatan untuk terus belajar dan belajar. Ayo belajar peduli dengan sekitarmu ya.
4. Rentangan 0 - 20, keberadaan ini harus sangat sangat sangat kamu waspadai. Ini seperti lampu sirene yang berbunyi, untuk mengingatkan kamu ada dalam ambang bahaya, atau seperti berdiri di atas tebing yang begitu curam yang sewaktu waktu dapat membuatmu jatuh. Jika kamu tidak menyadari maka kamu akan benar-benar jatuh. Tapi jangan khawatir, selama kamu hidup selama itu pula kamu memiliki banyak kesempatan untuk terus belajar. Mulailah memperhatikan sekitarmu, hargailah keberadaan teman-teman dan orang-orang di sekitarmu. Tanamkan satu prinsip bahwa jika kamu ingin dihargai maka terlebih dahulu kamu harus menghargai orang-orang di sekitarmu. Tahukah kamu bahwa mereka sama berharganya seperti dirimu sendiri, berdoalah dan tetaplah berjuang dan jangan menyerah ya.

**ANGKET EVALUASI HASIL LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL**

| NO | PERNYATAAN   | SKOR |   |   |   |
|----|--|------|---|---|---|
|    |  | 1    | 2 | 3 | 4 |
| 1  | Saya memahami dengan baik tujuan yang diharapkan dari materi yang disampaikan                    |      |   |   |   |
| 2  | saya memperoleh banyak pengetahuan dan informasi dari materi yang disampaikan                    |      |   |   |   |
| 3  | Saya menyadari pentingnya bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan                         |      |   |   |   |
| 4  | Saya meyakini diri akan lebih baik, apabila bersikap sesuai dengan materi yang disampaikan       |      |   |   |   |
| 5  | Saya dapat mengembangkan perilaku yang lebih positif setelah mendapatkan materi yang disampaikan |      |   |   |   |
| 6  | saya dapat mengubah perilaku sehingga kehidupan saya menjadi lebih teratur dan bermakna          |      |   |   |   |
|    | Total Skor =   |      |   |   |   |

Keterangan :

1. Skor minimal yang dicapai adalah  $1 \times 6 = 6$ , dan skor tertinggi adalah  $4 \times 6 = 24$

2. Kategori hasil :

- Sangat Baik = 21 - 24
- Baik = 17 - 20
- Cukup = 13 - 16
- Kurang = ... - 12