



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 5 KOTA BENGKULU
TERAKREDITASI "A"**

Jl. Cendana No.20 Kec.Ratu Samban Tlp. (0736) 21433 – Fax (0736) 346952 Sawah Lebar Kode Pos 38227
Email: info@[sman5kotabengkulu.sch.id](mailto:info@ sman5kotabengkulu.sch.id) – Website: <http://www.sman5kotabengkulu.sch.id>



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

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Kenali dirimu melalui kecerdasan emosimu !
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat memahami tentang kecerdasan emosi dan pengendalian diri serta pelunya mentaati norma dan peraturan yang berlaku.
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none">1. Peserta didik/konseli dapat mengidentifikasi tentang kecerdasan emosi yang ada pada diri sendiri.2. Peserta didik/konseli Mampu Mengidentifikasi tentang hal-hal yang mempengaruhi kecerdasan emosi.3. Peserta didik dapat menganalisis tingkat kecerdasan emosionalnya4. Peserta dapat Menerapkan pengendalian diri yang baik dalam kehidupan sehari-hari.
G	Sasaran Layanan	Kelas X
H	Materi Layanan	<ol style="list-style-type: none">1. Pengertian kecerdasan emosi, serta aspek-aspek yang ada dalam kecerdasan emosi.2. Hal - hal yang mempengaruhi kecerdasan emosi3. Menganalisis tingkat kecerdasan emosi peserta didik4. Cara mengelola Pengendalian diri
I	Waktu	3 x 45 Menit
J	Sumber Materi	<ul style="list-style-type: none">- Slamet, dkk 2016, <i>Materi Layanan Klasikal Bimbingan dan Konseling untuk SMA-MA kelas X</i>, Yogyakarta, Paramitra Publishing- https://whedyalkira.blogspot.com/2011/07/kuesioner-kecerdasan-emosional.html
K	Metode/Teknik	Discovery learning, Ceramah, dan tanya jawab
L	Media / Alat	Web meeting atau Zoom, google form, WA
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru membagikan link absen kepada siswa melalui Google Form di grub WA2. Guru dan peserta didik masuk ke vicon melalui aplikasi zoom atau web meeting sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan.

	<ul style="list-style-type: none"> 3. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa 4. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking) 5. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> 1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan jawab peserta didik 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan)
c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
2. Tahap Inti	
a. Kegiatan peserta didik dan guru Pertemuan ke – 1	<ul style="list-style-type: none"> - Guru : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Menayangkan dan menjelaskan media slide power point yang berhubungan dengan materi kecerdasan emosi ➤ Melakukan tanya jawab dengan siswa tentang materi yang disampaikan ➤ Membagikan kuisisioner tentang kecerdasan emosi kepada siswa melalui google form ➤ Memberi tugas kepada peserta didik untuk menganalisis hasil kuisisionernya dilihat dari aspek kecerdasan emosi dan hal apa saja yang mempengaruhi tingkat kecerdasan emosinya - Peserta didik : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Menyimak penjelasan dari guru pada tayangan slide power point berkaitan dengan kecerdasan emosi ➤ Melakukan tanya jawab terhadap materi yang disajikan ➤ Mengisi kuisisioner yang diberikan oleh guru melalui google form ➤ Menganalisis hasil kuisisioner yang telah dikerjakan dilihat dari aspek kecerdasan emosi dan hal apa saja yang mempengaruhi tingkat kecerdasan emosinya. ➤ Hasil analisis dari tingkat kecerdasan emosi diri pribadi tersebut di tuangkan dalam bentuk power point.
b. Pertemuan ke – 2	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik : <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pemaparan hasil analisis hasil kecerdasan emosional menggunakan power point. Masing- masing peserta didik diberi waktu 10 menit ➤ Melakukan tanya jawab antar siswa - Guru <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mengarahkan siswa dalam berdiskusi ➤ Membuat catatan-catatan observasi selama proses

		layanan
	c. Pertemuan ke – 3	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik <ul style="list-style-type: none"> ➤ Melanjutkan diskusi yang selanjutnya ➤ Melakukan tanya jawab ➤ Menyimak penjelasan dari guru pada tayangan slide power point berkaitan dengan cara mengelola pengendalian diri ➤ Melakukan tanya jawab terkait dengan materi yang disampaikan oleh guru ➤ Peserta didik mengerjakan Quisioner tentang kecerdasan emosi dan mengisi Lembar Refleksi diri pada Google Form - Guru <ul style="list-style-type: none"> ➤ Mengarahkan siswa dalam berdiskusi ➤ Menayangkan dan menjelaskan media slide power point yang berhubungan cara mengelola pengendalian diri ➤ Melakukan tanya jawab terkait dengan materi yang disampaikan ➤ Membuat catatan-catatan observasi selama proses layanan
	3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan 3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut 4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	Dilakukan dengan mengobservasi proses kegiatan (keterlaksanaan dan kesesuaian program, dan antusias/perhatian peserta didik)
	2. Evaluasi Hasil	Dilakukan dengan memberikan Lembar refleksi diri kepada siswa melalui google form

Lampiran :

1. Kuisisioner kecerdasan emosi
2. Lembar Refleksi Diri

Mengetahui ,

Bengkulu, , , 2020

Koordinator BK

Guru BK

Drs. H. Sarjono
NIP. 196102101988031005

Masitha Julianti, S.Pd

KUISIONER KECERDASAN EMOSI

Anda diminta menjawab pernyataan-pernyataan berikut dengan memberi tanda (4) pada kolom yang telah disediakan. Isilah pernyataan sesuai dengan kenyataan yang ada pada diri Anda. Kejujuran Anda sangat dibutuhkan dalam tes ini.

No	Pernyataan- pernyataan	Sering- kali	Jarang	Kadang- Kadang	Tidak Pernah
1	Saya mampu menghubungkan tanda dari gejala fisiologis yang berbeda dengan suasana emosi yang berbeda pula				
2	Saya mampu mengelola emosi saya meski dalam keadaan penuh tekanan				
3	Saya mampu memacu semangat belajar saya meski dalam pribadi saya sedang penuh masalah				
4	Saya mampu memahami akibat dari perilaku saya sendiri terhadap orang lain				
5	Saya mampu menenangkan diri saya sendiri dengan baik ketika dalam keadaan emosi-emosi negatif (misal marah, benci, kecewa, dll)				
6*	Saya tidak mampu memahami gejolak emosi saya sendiri				
7*	Kadang saya bingung dengan perubahan perasaan yang terjadi dalam diri saya				
8*	Saya sulit memahami orang lain				
9*	Ketika saya sedih, saya tidak bisa berbuat apa-apa				
10*	Ketakutan membuat saya ragu-ragu di dalam mengambil keputusan				
11	Walaupun hambatan menghadang saya, tetapi saya selalu memacu semangat saya untuk berhasil				
12	Saya selalu memotivasi diri sendiri untuk mencapai hasil yang terbaik				
13	Saya berusaha tenang dalam menghadapi kesulitan				
14	Saya berusaha meyakinkan diri saya untuk menang ketika berada dalam kesulitan				
15	Saya mudah memaafkan kesalahan orang lain				
16*	Saya cenderung dendam terhadap orang yang telah menyakiti hati saya				
17*	Saya mudah marah – bahkan pada hal-hal yang sebenarnya tidak terlalu pribadi				
18*	Saya sering pesimis dalam menghadapi kesulitan				
19*	Saya takut sekali akan kegagalan				
20*	Saya sering diliputi perasaan benci				

	yang berlarut-larut				
21	Saya mudah melepaskan diri dari perasaan kecewa, sedih, atau marah yang berlarut-larut				
22	Saya bisa merasakan kalau teman saya mengalami kesedihan				
23	Saya tahu bagaimana caranya menolong seorang teman yang sedang mengalami permasalahan				
24	Saya bisa menamakan emosi-emosi yang muncul dalam diri saya secara akurat				
25	Saya mampu mengekspresikan emosi-emosi yang saya rasakan				
26*	Saya sering memendam kesedihan, kekecewaan, atau kemarahan di dalam diri saya				
27	Saya mampu menyadari ketegangan-Ketegangan fisik (dada sesak, jantung yang berdebar) yang menyertai emosi-emosi yang saya alami				
28	Saya mampu memaharni perasaan orang lain dari perspektif orang tersebut				
29	Saya mampu menghayati kesedihan yang dirasakan oleh orang lain (tentan)				
30	Dalam menghadapi kesulitan saya senantiasa bersikap optimis				

LEMBAR REFLEKSI DIRI

Pilihlah dengan cara mencentang (√) jawaban YA apabila setuju dan TIDAK apabila anda tidak setuju !

REFLEKSI	YA	TIDAK
Saya merasa sangat perlu dengan materi ini		
Menurut saya materi ini sangat menarik		
Saya sangat memahami materi yang telah diberikan		
Saya merasa sangat perlu bantuan dari guru BK untuk mengetahui perkembangan remaja		