

Identitas Mahasiswa

Nama : Ketut Nanda Ariyuda
nomer peserta : 20220181010136
nomer UKG : 201503205939
kelas : PPG DJ BK



PEMERINTAH PROVINSI BALI
DINAS PENDIDIKAN, KEMUDAAN DAN OLAHRAGA
SMA NEGERI 1 BANJAR

Alamat : Desa Banyuatis, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali - 81152
 Website : <http://www.smansabar.sch.id>, E-mail : smn1bjr@gmail.com



RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
KONSELING KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021

A	Topik Permasalahan	:	Ayo tingkatkan rasa percaya dirimu !!”
B	Rumusan masalah	:	<p>1) Berdasarkan analisis Daftar Cek Masalah (DCM) yang telah disebar, didapatkan 5 siswa yang memilih item 10 tentang permasalahan dengan persentase 22% . Bunyi item itu adalah “saya kurang memiliki rasa percaya diri yang memiliki persentase tinggi. Dari segi prioritas, analisis DCM menunjukkan kondisi permasalahan tersebut dalam kategori “segera” yang artinya memerlukan penanganan responsif secepatnya. Jika disesuaikan dengan SKKPD pada aspek landasan pengembangan pribadi, maka diharapkan tugas perkembangan peserta didik mampu mempersiapkan diri, menerima dan bersikap positif serta dinamis terhadap perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada diri sendiri untuk kehidupan yang sehat.</p> <p>2) Adanya laporan guru mata pelajaran yang menyampaikan siswa tersebut kurang aktif mengikuti pembelajaran daring semenjak pandemi ini.</p> <p>3) Menurut hasil wawancara siswa tersebut mengalami masalah pada kepercayaan diri seperti, malu tampil, tidak berani mengemukakan pendapat, sering minder.</p> <p>Dari hasil analisis asesmen DCM, observasi, wawancara, diperoleh rumusan permasalahan konseli sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> PT memiliki permasalahan yaitu merasa takut tampil didepan kelas, sering diam dalam diskusi kelompok KD kadang merasa lelah dan kurang bersemangat. KM memiliki permasalahan yaitu: Tidak aktif dalam proses pembelajaran, bersifat dingin dalam pergaulan; sukar

			<p>menyesuaikan diri, merasa dijauhi oleh teman</p> <p>d. WY memiliki permasalahan yaitu selalu merasa diri bodoh atau tidak mampu dan merasa sukar menyesuaikan diri</p> <p>e. KT kadang merasa resah dengan perubahan yang terjadi dalam dirinya dan merasa malu berhadapan dengan orang banyak.</p> <p>Kesimpulan : siswa mengalami pikiran irasional terhadap kemampuan yang dimiliki yang berpengaruh pada kepercayaan diri.</p>
C	Tujuan	:	<p>Berdasarkan rumusan masalah diatas dapat ditentukan tujuan layanan yaitu:</p> <p>Tujuan Umum</p> <p>Anggota kelompok mampu membangun rasa percaya diri yang ada pada dirinya</p> <p>Tujuan Khusus</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Memfasilitasi anggota kelompok untuk merumuskan tujuan perubahan sikap dan tingkah lakunya terkait masalah yang dialaminya yaitu percaya diri b) Membantu anggota kelompok untuk dapat menemukan alternatif solusi pemecahan dari masalah yang dihadapinya c) Memfasilitasi konseli meneguhkan komitmen menjalankan hasil-hasil konseling
D	Pendekatan	:	<p>Pendekatan pemecahan masalah yang digunakan untuk mengatasi permasalahan Siswa adalah CBT adalah pendekatan psikoterapeutik yang digunakan oleh konselor untuk membantu individu ke arah yang positif. Berbagai variasi teknik perubahan kognisi, emosi dan tingkah laku menjadi bagian yang terpenting dalam Cognitive Behavior Therapy.</p> <p>Adapun tahapan-tahapan dari CBT yaitu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan asesmen, observasi, <i>anamnese</i>, dan analisis gejala, demi menegakkan diagnosa awal mengenai gangguan yang terjadi. 2. Memperoleh komitmen klien untuk melakukan modifikasi secara menyeluruh, mulai dari pikiran, perasaan sampai perbuatan, dari negatif menjadi positif. 3. Klien diajak membuat komitmen tentang bagaimana ia dan terapis menerapkan konsekwensi positif dan negatif terhadap kemajuan proses belajarnya 4. Konselor memberikan dukungan dan semangat kepada kemajuan yang dicapai klien 5. Komitmen klien untuk secara aktif membentuk pikiran-perasaan-perbuatan positif dalam setiap masalah yang

		<p>dihadapi</p> <p>Teknik <i>self-Instructional</i>.</p> <p>Ada tiga cara dalam penerapan teknik <i>Self-Instruction</i> pada peserta didik yaitu sebagai berikut:</p> <p>a. Metode non-interaktif</p> <p>Metode non-interaktif yaitu hanya diberikan instruksi kepada peserta didik, kemudian peserta didik mencobanya secara berulang-ulang melalui aktivitas dan verbalisasi</p> <p>b. Metode interaktif</p> <p>Metode interaktif yang dipasangkan dengan teknik kontrol diri seperti monitoring diri, evaluasi diri, dan pengukuran diri</p> <p>c. proses modeling, imitasi, dan eksekusi</p> <p>Konselor pertama mencontohkan, kemudian peserta didik menirukan bersama konseli, setelah peserta didik mampu maka peserta didik disuruh untuk mengerjakan sendiri</p>
E	Strategi, Metode dan Teknik	<p>Strategi Layanan Konseling kelompok : Daring</p> <p>Metode : Diskusi Kelompok secara online dengan Google Meeting</p> <p>Teknik : Self – Instructional – Cognition Behavior Therapy</p>
F	Alat dan Media yang diperlukan	Laptop, Hp, Jaringan Internet, Kertas, pena, dan buku catatan, Video untuk membangun rasa percaya diri, dan goole form
G	Uraian Kegiatan	
	Tahap Pembentukan / Awal (5 menit)	<p>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengundang peserta didik ke dalam <i>Google meet</i> 2. Membuka dengan salam dan doa 3. Menjelaskan teknis kegiatan pada <i>Google meet</i> 4. Guru BK/Konselor menciptakan suasana kondusif bagi konseling yang ditandai adanya penerimaan, pemahaman, dan ketulusan sehingga timbul rasa percaya konseli kepada konselor. 5. Konselor menyapa dan menyambut peserta didik/konseli dengan hangat dan terbuka. 6. Konselor memulai kegiatan dengan doa bersama. 7. Konselor menciptakan suasana saling mengenal, hangat,

		<p>menyenangkan dan rileks dengan mengucapkan salam dan perkenalan.</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Konselor mengungkapkan tujuan dilaksanakannya kegiatan konseling kelompok. 9. Konselor menjelaskan teknis pelaksanaan layanan Konseling Kelompok yang akan dilaksanakan. 10. Konselor menjelaskan peran masing-masing anggota dan pemimpin pada proses konseling kelompok yang akan dilaksanakan. 11. Konselor menjelaskan pengertian, asas, tujuan dan manfaat konseling kelompok secara singkat. 12. Konselor menjelaskan aturan kelompok dan mendorong anggota untuk berperan penuh dalam kegiatan kelompok. 13. Konselor memotivasi konseli untuk saling mengungkapkan diri secara terbuka dan menekankan kembali asas kerahasiaan.
	2. Tahap Peralihan / Transisi (5 menit)	<p>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap ini 2. Konselor melakukan kegiatan selingan berupa permainan senam otak untuk mengakrabkan serta mencairkan suasana dan menumbuhkan perasaan nyaman. 3. Konselor memotivasi dan mengingatkan kembali anggota tentang harapannya dan tujuan bersama. 4. Konselor memotivasi anggota untuk terlibat aktif dan mengambil manfaat dalam tahap inti. 5. Konselor mengingatkan anggota bahwa kegiatan akan segera memasuki tahap inti. 6. Konselor menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan peran masing-masing anggota kelompok. 7. Konselor dan konseli bersama-sama mengucapkan janji kerahasiaan. 8. Setelah semua peserta menyatakan siap, kemudian Konselor memulai masuk ke tahap inti.
	3. Tahap Kegiatan (Inti / Kerja) (30 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor memberikan kesempatan kepada setiap anggota kelompok untuk menyampaikan permasalahan yang dialami masing-masing anggota kelompok. 2. Konselor dan konseli bersama-sama menetapkan permasalahan yang akan dibahas sesuai dengan kesepakatan bersama yaitu tentang "<i>Membangun Rasa Percaya Diri</i>". 3. Konselor memotivasi dan merumuskan bersama tentang harapan dan tujuan bersama terkait topik. 4. Konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyampaikan komitmen bersama untuk menjaga kerahasiaan permasalahan yang akan dibicarakan. 5. Konselor melakukan tanya jawab secara mendalam terkait permasalahan yang dialami sehingga konseli tersebut dapat lebih terbuka dalam mengungkapkan

		<p>perasaannya.</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Konselor memberikan kesempatan kepada konseli lain untuk bertanya, memberikan usul atau masukan terkait faktor penyebab upaya yang telah dilakukan untuk mengatasinya. 7. Konselor menerapkan pendekatan konseling <i>CBT – Teknik Self - Instructional</i> untuk mengatasi masalah yang dialami oleh Konseli. 8. Konselor mendorong penerimaan diri konseli dengan menyediakan kondisi fasilitatif hingga konseli mengungkapkan ekspresi-ekspresi tertentu meski belum terbuka apa adanya; 9. Konselor membebaskan konseli untuk mengekspresikan apapun yang terkait dengan diri sendiri; 10. Konselor mendorong konseli mampu menafsirkan makna akan pengalaman yang telah dilaluinya, menjabarkan perasaan-perasaan yang muncul, komitmen untuk bertanggung jawab terhadap masalahnya; 11. Konselor membebaskan konseli untuk jauh lebih menyelami pengalamannya dan bebas berekspresi, kendati masih ada sedikit rasa takut dan tidak percaya; 12. Konselor membantu konseli menerima keadaan dirinya apa adanya sebagaimana yang dia persepsikan tanpa rasa takut, penolakan atau pengabaian; 13. Konselor mendorong konseli untuk memiliki kesadaran untuk merefleksikan pengalaman, terbuka terhadap pengalaman dan semakin percaya diri untuk mengalami proses hidup walau sesulit apapun;
	<p>4. Pengakhiran / Terminasi (5 menit)</p>	<p>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menyampaikan bahwa kegiatan sudah memasuki tahapan akhir. 2. Konselor bersama anggota kelompok merangkum proses serta hasil kegiatan konseling kelompok yang diperoleh. 3. Konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyampaikan komitmen untuk melaksanakan sebaik-baiknya alternatif pemecahan masalah yang telah ditentukan. 4. Konselor menyebarkan instrumen evaluasi hasil layanan konseling kelompok kepada anggota kelompok untuk diisi setelah layanan selesai dilakukan melalui link <i>Google form</i>. 5. Konselor memberikan kesempatan kepada masing-masing konseli mengungkap kesan, keberhasilan dan manfaat yang dicapai dalam proses konseling kelompok serta harapan akan pelaksanaan konseling kelompok berikutnya. 6. Konselor mengungkapkan pesan dan harapan untuk kegiatan berikutnya. 7. Konselor menetapkan pertemuan selanjutnya sebagai tindak lanjut apabila dibutuhkan serta konselor membuka

			<p>diri dalam melayani siswa mengatasi permasalahan ke depannya.</p> <p>8. Konselor menyatakan bahwa kegiatan akan segera berakhir dan memberikan penguatan kepada konseli.</p> <p>9. Konselor menutup dengan salam dan berdoa bersama.</p>
H	Evaluasi		
	Evaluasi Proses	:	<p>Evaluasi dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dengan melihat proses yang terjadi dalam kegiatan konseling kelompok meliputi:</p> <p>a. Guru bimbingan dan konseling atau konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan;</p> <p>b. Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok;</p> <p>c. Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam membuat langkah yang akan dilakukannya.</p> <p>d. Evaluasi ini dilakukan dengan mengisi angket oleh konselor dalam memahami keaktifan kegiatan konseling.</p>
	Evaluasi Hasil	:	<p>Evaluasi setelah mengikuti konseling kelompok antara lain:</p> <p>a. Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam konseling kelompok;</p> <p>b. Konseli mengisi instrumen penilaian dari guru bimbingan dan konseling atau konselor melalui pengisian data pada link goole formulir.</p>
I	Tindak Lanjut	:	<p>Mengadakan Layanan Konseling Individual kepada peserta didik jika diperlukan untuk mengoptimalkan dan jika ada peserta didik yang mengalami kesulitan.</p>

Mengetahui,
Plt. Kepala SMAN 1 Banjar

I Gde Suparta, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19660720 199002 1 003

Banyuatis, Nopember 2020
Guru BK

Ketut Nanda Ariyuda, S.Pd.
NIP. –

9.	Keaktifan siswa dalam memberikan menentukan komitmen								
10.	Keaktifan siswa dalam proses evaluasi konseling kelompok								
JUMLAH SKOR									

Kriteria Penentuan Skor

$$\text{Skor} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{50} \times 100$$

Kriteria Hasil

Rentangan	Kategori
74 – 100	Sangat Aktif
68 – 73	Aktif
52 – 67	Cukup Aktif
36 - 51	Kurang Aktif
20 - 35	Sangat Kurang Aktif

Mengetahui,
Plt. Kepala SMAN 1 Banjar

Banyuatis, Nopember 2020
Guru BK

I Gde Suparta, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19660720 199002 1 003

Ketut Nanda Ariyuda,S.Pd
NIP. –

Lampiran 2. Instrumen Penilaian Hasil

INSTRUMEN KEPUASAN SISWA TERHADAP HASIL LAYANAN KONSELING KELOMPOK

Identitas

Nama Siswa :
Kelas : XII MIPA 1
Konselor : Ketut Nanda Ariyuda,S.Pd.

Petunjuk

1. Bacalah secara teliti
2. Berilah tanda centang (√) pada kolom jawaban yang tersedia.
3. Skor untuk masing-masing pilihan jawaban adalah sebagai berikut:
3 = Sangat Memuaskan
2 = Memuaskan
1 = Kurang Memuaskan

No.	Aspek yang dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan guru BK/Konselor terhadap kehadiran Anggota Kelompok			
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling kelompok			
3.	Kesempatan yang diberikan guru BK/Konselor kepada anggota kelompok untuk menyampaikan pendapat/ide			
4.	Kepercayaan Anda terhadap guru BK/Konselor dalam layanan Konseling Kelompok			
5.	Hasil yang diperoleh dari kegiatan Konseling Kelompok			
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan Konseling Kelompok			
Jumlah skor				

Kriteria Penentuan Skor

$$\text{Skor} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{50} \times 100$$

Kriteria Hasil

Rentangan	Kategori
79 – 100	Sangat Memuaskan
56 – 78	Memuaskan
33 – 55	Kurang Memuaskan

Banyuwatis, Nopemeber 2020
Siswa yang mengisi,

.....

Lampiran 3. Instrumen Penilaian Hasil

INSTRUMEN PENILAIAN HASIL LAYANAN KONSELING KELOMPOK

Nama Siswa :

Kelas : XII MIPA 1

Konselor : Ketut Nanda Ariyuda,S.Pd

Pernyataan di bawah ini berisi tentang hasil yang anda peroleh setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Bacalah dengan cermat setiap pernyataan tersebut. Berikan jawaban dengan cara memberi **tanda cek** (√) pada salah satu jawaban yang paling sesuai,

- SS : Sangat Sesuai (5)
S : Sesuai (4)
CS : Cukup Sesuai (3)
KS : Kurang Sesuai (2)
STS : Sangat Tidak Sesuai (1)

Jawaban Anda, tidak menuntut jawaban benar dan salah. Jawablah semua pernyataan secara sungguh-sungguh dan jujur sesuai diri Anda. Hasil dari instrument ini tidak mempengaruhi nilai pelajaran Anda di sekolah, namun bermanfaat sebagai pertimbangan pemberian layanan berikutnya. Atas bantuan dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Aspek/ Pernyataan		Skor				
		SS	S	CS	KS	STS
Pemahaman Baru						
1	Saya mendapatkan pemahaman baru mengenai kegiatan konseling kelompok					
2	Saya mampu menjelaskan kembali mengenai topik/permasalahan terkait yang dibahas dalam konseling kelompok					
3	Saya mampu mendiskusikan inti permasalahan dari kegiatan konseling kelompok					
4	Saya dapat memberikan contoh perilaku yang sesuai dengan permasalahan yang dibahas dalam konseling kelompok					
5	Saya dapat menyimpulkan mengenai manfaat dan hasil konseling kelompok					
Perasaan Positif						

6	Saya merasa senang karena dalam kegiatan konseling kelompok ini mengajarkan saling keterbukaan, kepercayaan, mendengarkan dan menghargai orang lain, kerja sama dan berani menyelesaikan masalah.					
7	Saya merasa dihargai dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok ini.					
8	Saya merasa puas mengikuti layanan ini karena dilakukan dengan tertib, kondusif dan penuh keterbukaan satu sama lain.					
9	Saya senang karena merasa solusi pemecahan masalah yang disampaikan sangat bermanfaat bagi saya saat ini dan yang akan datang.					
10	Saya lega karena merasa terbantu akan layanan ini.					
Rencana Kegiatan Setelah Layanan						
11	Saya akan menerapkan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan perubahan tingkah laku yang saya dapat dari layanan ini sebagai dasar untuk bertindak dan berperilaku.					
12	Saya akan melaksanakan hal-hal positif terkait kegiatan konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari.					
13	Saya mengembangkan potensi yang saya miliki setelah mengikuti kegiatan ini.					
14	Saya menentukan keputusan terbaik terhadap suatu permasalahan setelah mengikuti layanan ini.					
Jumlah skor						

Kriteria Penentuan Skor

$\text{Skor} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{70} \times 100$
--

Kriteria Hasil

Rentangan	Kategori
74 – 100	Sangat Aktif
68 – 73	Aktif
52 – 67	Cukup Aktif
36 - 51	Kurang Aktif
20 - 35	Sangat Kurang Aktif

Banyuatis, Nopember 2020
 Siswa yang mengisi,

.....