Nama : Gunawan Wibowo, S.Pd
PPGDJ Angkatan 1 UKSW Tahun 2020

MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH MUHAMMADIYAH JAWA TENGAH

SMA MUHAMMADIYAH 1 KARANGANYAR

(TERAKREDITASI : A)

Alamat : Jl. Brigjend Slamet Riyadi, Karanganyar Kode Pos 57714 Telp (0271) 495 171

Website : smamuh1kra.sch.id Email : info@smamuh1kra.sch.id

NSS : 3040313090002 / NIS : 30007 / NPSN : 20312204

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) DARING

BIMBINGAN KLASIKAL

SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020/2021

A	Komponen	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Topik / Tema Layanan	Konsep diri remaja
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat menganalisis dan mengembangkan unsur-unsur konsep diri serta mampu membandingkan kelebihan dan kekurangan secara wajar dan penuh syukur
F	Tujuan Khusus	1. Setelah guru dan Peserta didik menganalisis video dan berdiskusi maka peserta didik mampu menganalisis definisi konsep diri 2. Setelah guru memberikan penjelasan dengan power poin maka peserta didik mampu mengkritisii aspek konsep diri 3. Setelah guru meminta Peserta didik berargumen dari hasil mencari materi di internet maka peserta didik mampu mendesain bentuk konsep diri 4. Setelah guru melaksanakan refleksi dan evaluasi maka Peserta didik mampu memngimplementasikan konsep diri yang positif dalam kehidupan sehari-hari kemudian membuat blog dan diunggah di internet
G	Sasaran Layanan	Kelas X
H	Materi Layanan	1. Pengertian konsep diri 2. Aspek-aspek konsep diri 3. Bentuk konsep diri 4. Penerapan konsep diri yang positif
I	Waktu	2 x 45 Menit
J	Sumber Materi	Ningrum, Listiyawati Ratna. (2013). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Konsep Diri Remaja pada Siswa Kelas X di SMKN 2 Malang. Undergraduate Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. Video mengenai konsep diri https://www.youtube.com/watch?v=jqGg0BCnB3sle

		Searching Google
K	Metode/Teknik	Daring
L	Media / Alat	Power Point, laptop, Smartphone , Video mengenai konsep diri https://www.youtube.com/watch?v=jqGg0BCnB3s, google meet, google form
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal /Pedahuluan	
	a. Pernyataan Tujuan	1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa 2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, pelajaran sebelumnya, ice breaking) 3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik 2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 45 menit, membuat kesepakat untuk melakukan dengan baik.
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan mengenai pentingnya memiliki pemahaman mengenai konsep diri
	d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	Kegiatan	1. Peserta didik dibagi menjadi empat kelompok secara aklamasi oleh guru 2. Tiap peserta Menyaksikan Video dari youtube 3. Tiap peserta dalam kelompok ditugaskan untuk mempelajari materi yang telah diberikan 4. Tiap anggota kelompok asal berkumpul dan mendiskusikan materi yang diberikan dengan WA callconference 5. Setelah selesai berdiskusi, anggota kelompok ahli kembali ke kelompok asal 6. Kelompok ahli mempresentasikan materi yang telah didiskusikan sebelumnya kepada kelompok asal 7. Guru BK memberikan evaluasi kepada seluruh peserta didik, yang mencakup seluruh materi yang telah didiskusikan 8. Guru BK menutup kegiatan
	3. Tahap Penutup	1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan 2. Peserta didik merefleksi kegiatan dengan mengungkapkan

		kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara daring 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	Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi : 1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta mengisi laman di google form sudah disiapkan. 2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan 3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya 4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain: 1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti *(Peserta didik mengisi instumen evaluasi pada google form yang telah disiapkan)*

LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa

Mengetahui,	Karanganyar, 30 Juli 2020
Kepala Sekolah	Guru BK
Sumarwanto, S.H., M.Pd.	Gunawan Wibowo, S.Pd.
NBM : 984 996	NBM : 1125 141

1. Lampiran 1 : Uraian Materi

KONSEP DIRI REMAJA

A. Pengertian Konsep Diri

Hurlock mengemukakan bahwa konsep diri merupakan gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang dirinya yang mencakup citra fisik dan psikologis. Citra fisik berkaitan berkaitan dengan penampilan fisik individu, daya tarik, kesesuaian atau ketidaksesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuhnya dalam hubungan dengan perilakunya dan harga dirinya dimata orang lain. Sedangkan citra psikologi didasarkan atas pikiran, perasaan dan emosi. Citra psikologi itu terdiri dari kualitas dan kemampuan yang mempengaruhi penyesuaian pada kehidupan, sifat-sifat seperti keberanian, kepercayaan diri serta berbagai jenis aspirasi dan kemampuan. Menurut pendapat Hurlock (1997) konsep diri dibagi menjadi 3 bagian yaitu:

1. Ideal self, yaitu pengertian seseorang tentang bagaimana dirinya yang seharusnya.
2. Social self, yaitu pengertian seseorang yang berhubungan dengan perasaan mengenai dirinya
3. Real self, yaitu pengertian seseorang tentang bagaimana diri yang sebenarnya.

Chaplin mengatakan bahwa konsep diri merupakan evaluasi individu mengenai dirinya sendiri, penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan. Calhoun dan Acocela menjelaskan bahwa konsep diri adalah gambaran mental diri sendiri yang terdiri dari pengetahuan tentang diri sendiri, penghargaan bagi diri sendiri dan penilaian terhadap diri sendiri.

Dari berbagai pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan sikap, perasaan dan pandangan individu tentang dirinya sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya yang meliputi fisik, psikis, sosial, aspirasi dan prestasi yang nantinya akan menentukan langkah-langkah individu dalam melakukan aktivitas sesuai dengan gambaran yang ada pada dirinya.

B. Aspek – Aspek Konsep Diri

Seperti yang dikutip oleh Widjajanti, sesuai dengan teori kebutuhan dari Maslow tersebut, dalam konsep diri terdapat beberapa aspek, yang meliputi ;

1. aspek fisik, meliputi penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya, seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan lain sebagainya,
2. aspek psikis, meliputi pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri,
3. aspek sosial, meliputi peranan sosial yang dimainkan individu dan penilaian individu terhadap peran tersebut, dan
4. aspek moral, meliputi nilai dan prinsip yang memberi arti serta arah bagi kehidupan seseorang.

Bisa dikatakan bahwa konsep diri bukan merupakan suatu kesatuan ataupun generalisasi dari pikiran-pikiran tetapi mencakup bermacam-macam gambaran tentang diri, mulai dari bidang kognitif sampai dengan moral.

Sedangkan bila disimpulkan, aspek-aspek yang terkandung dalam konsep diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut ;

1. aspek fisik, meliputi penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya, seperti kondisi tubuh, penampilan fisik, keahlian, pakaian,
2. aspek kognitif, meliputi gambaran yang menyangkut daya ingat, kemampuan mengolah data, kemampuan matematika, verbal, dan akademik secara umum,
3. aspek emosi, meliputi ketrampilan individu terhadap pengelolaan impuls dan irama perubahan emosinya,
4. aspek sosial, meliputi kemampuan dalam berhubungan dengan dunia di luar dirinya, perasaan mampu dan berharga dalam lingkup interaksi sosial dengan orang lain secara umum,
5. aspek moral etik yang aspek moral, meliputi nilai dan prinsip yang memberi arti serta arah bagi kehidupan seseorang, arti dan nilai moral, hubungan dengan Tuhan, perasaan menjadi orang "baik atau berdosa", dan kepuasan atau ketidakpuasan terhadap agama yang dianut,
6. aspek seksual, meliputi pikiran dan perasaan individu terhadap perilaku dan pasangannya dalam hal seksualitas,
7. aspek keluarga, meliputi arti keberadaan diri di dalam keluarga, hubungan dengan dan dalam keluarga, dan
8. aspek diri secara keseluruhan, meliputi pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri.

Kombinasi dari keseluruhan aspek tersebut adalah gambaran mengenai diri seseorang, baik persepsi terhadap diri nyatanya maupun penilaian berdasarkan harapannya.

C. Bentuk Konsep Diri

Pandangan seseorang terhadap dirinya memiliki dua bentuk, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Perbedaan ini disebabkan pada bagaimana seseorang mencitrakan dirinya dan menilai berbagai kemungkinan yang menyangkut keberhasilan dan kebahagiaan hidupnya.

Menurut Jalaludin Rahmat, ada lima karakteristik orang yang memiliki konsep diri positif, yaitu:

1. Yakin akan kemampuannya dalam mengatasi masalah.
2. Merasa setara dengan orang lain.
3. Menerima pujian tanpa malu.
4. Menyadari, bahwa setiap orang memiliki berbagai perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya dapat disetujui oleh masyarakat.
5. Mampu memperbaiki dirinya, karena ia sanggp mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan dia berusaha mengubahnya.

Sedangkan menurut Brooks dan Emmert, ada lima hal yang menjadi karakteristik orang yang memiliki konsep diri negatif, yaitu:

1. Peka pada kritik. Orang ini sangat tidak tahan pada kritik yang diterimanya, dan mudah marah atau naik pitam.
2. Responsif sekali terhadap pujian. Walaupun ia mungkin berpura-pura menghindari pujian, ia tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada waktu menerima pujian.
3. Sikapnya hiperkritis terhadap orang lain.
4. Bersikap pesimis terhadap kompetisi seperti terungkap dalam keanggotaannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi.

D. Pentingnya Konsep Diri Positif

Individu yang memiliki konsep diri yang positif menegenai dirinya sendiri dan diberikan penguatan, maka hal itu akan menghasilkan suatu konsep diri yang lebih positif. Jadi konsep diri merupakan faktor pembentukan dari pengalaman individu selama proses perkembangan dirinya menjadi dewasa. Proses pembentukan tidak terjadi dalam waktu singkat melainkan melalui proses interaksi secara berkesinambungan. Konsep diri positif memiliki peranan penting dalam pribadi setiap individu, karena individu yang memiliki konsep diri yang baik dapat mudah beradaptasi dengan lingkungannya.

Remaja perlu memiliki konsep diri yang positif. Semakin baik atau positif konsep diri seseorang maka akan semakin mudah ia mencapai keberhasilan. Sebab, dengan konsep diri positif seseorang akan bersikap optimis, berani mencoba hal-hal baru, berani sukses dan berani pula gagal, penuh percaya diri, antusias, merasa diri beharga, berani menetapkan tujuan hidup, serta bersikap dan berpikir positif

E. Upaya Meningkatkan Konsep Diri Positif

1. Selalu menyadari bahwa setiap individu adalah unik dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing.
2. Percaya pada kemampuan diri sendiri dalam mengatasi segala permasalahan.
3. Memandang kegagalan yang dialami bukan sebagai akhir dari segalanya, akan tetapi menjadikan kegagalan tersebut sebagai penyemangat untuk berusaha lebih baik lagi.
4. Selalu berfikiran positif dalam berbagai situasi dan kondisi.
5. Memperbaiki kualitas hubungan dengan orang lain.
6. Bersikap proaktif. Proaktif berarti memahami dengan jeli permasalahan yang dihadapinya dengan kacamata nilai yang akurat dan tidak semata-mata mengikuti perasaan.

2. Lampiran 2 : LKPD (Lembar Kerja Peserta Didik)

(LKPD ini dibuat dan dimuat dalam google form untuk diisi siswa dari rumah)

Lembar Kerja Peserta Didik

Nama :.....

Kelas :.....

Untuk mengetahui pemahaman yang kalian miliki mengenai materi yang telah disampaikan. Coba kalian jawab pertanyaan dibawah ini dengan jujur!

1. Jelaskan Pengertian Konsep Diri menurut pemahamanmu!

Jawab :.....

2. Jelaskan menurut pendapatmu tentang aspek – aspek Konsep Diri!

Jawab : .....

3. Menurut pendapatmu apa saja bentuk Konsep Diri!

Jawab : .....

4. Bagaimanakah Penerapan Konsep diri yang Positif?

Jawab :.....

5. Buatlah sebuah rencana masa depanmu setelah kamu mempelajari Konsep diri?

Jawab :.....

Rubrik Penilaian

Aspek	Bobot
Kemampuan dalam menjelaskan definisi konsep diri	15 %
Kemampuan dalam menjelaskan aspek konsep diri	15%
Kemampuan dalam menentukan bentuk konsep diri	25%
Kemampuan dalam melaksanakan konsep diri yang positif	25%
Kemampuan dalam membuat perencanaan konsep diri	20%